- Dia 19 de Outubro de 2023 me veio na mente ideia de por fim à minha vida por uma série de motivos. Eu já havia pensado em suicídio inúmeras vezes mas apenas como um exercício de imaginação, nunca tive vontade de fato; agora, entretanto, está sendo diferente e eu realmente estou determinado a fazer o que eu sinto que tem de ser feito. No mesmo dia eu já bolei um roteiro pra um vídeo de despedida e o escrevi (porém não gravei o vídeo até o momento em que estou escrevendo isso, dia 27 de janeiro de 2024, e nem pretendo mais gravar), porém não dei muitas explicações já que não queria que o vídeo passasse de cinco minutos e ao invés disso optei por deixar textos escritos pra quem tiver curiosidade em saber mais de mim e das minhas motivações os procure e leia-os; comecei a escrever tais textos (na verdade são parágrafos desconexos uns dos outros e não exatamente um texto) dia 20 de outubro (dia seguinte) e coloca-los nos comentários de uma publicação fechada do Facebook. Logo depois me veio a ideia de passar essas anotações para a plataforma Evernote, de modo que ficassem melhor organizadas, e fiz isso durante quase dois meses; entretanto, eu acabei ficando sem vontade de continuar escrevendo (além de estar me sentindo melhor) e por isso parei, mas agora resolvi voltar e reparei que o Evernote não me permite escrever mais notas sem pagar; por isso, resolvi me mudar para o Medium e vou transferir tudo do Facebook e do Evernote pra cá, usando uma publicação pra cada dia diferente (ou seja, em cada nota estarão contidos todos os pensamentos que eu registrei em determinado dia) — eu não irei edita-los para se adequarem melhor ao modelo de um diário então haverão alguns trechos que soarão meio estranhos (principalmente entre os primeiros, que fazem referência existência de um vídeo que no caso ainda nem existe), mas nada que atrapalhe o entendimento geral.

  DIA 20/10/2023

  - Eu quase não mencionei a minha família no vídeo pois fiquei muito sem jeito, eu sei o quão grande é a minha ingratidão para com eles em tomar essa decisão e isso me envergonha bastante; até mesmo por escrito está sendo muito difícil, deixei pra escrever essa parte logo de início justamente por ser a que mais me dá desconforto e eu quero ficar livre disso logo. Só quero que minha mãe, meu pai e meu irmão saibam que não erraram em absolutamente nada comigo e que me deram todo o apoio, amor e carinho que puderam dar, a única pessoa responsável por essa minha decisão sou eu mesmo.

  São tantas coisas pra falar que eu já estou me sentindo desorientado e desanimado só de pensar, mas vou tentar dar o meu melhor pra explicar tudo e deixar o mínimo possível de fora.

- Alguns dias atrás (isso está sendo escrito dia 20 de outubro de 2023) vi minha ex comentando que ela também estava "nessa de gostar de homem mais novo" e mencionou que já tinha um novo interesse amoroso - e creio que isso não é de agora, pois semana passada me mandaram um print de uma postagem dela de 24 de agosto (1 mês e 12 dias após ela terminar comigo) dizendo que já estava gostando de outro, as palavras dela foram mais ou menos "estou gostando de um carioca que fala 'bah', como pode né". Será que ela me acha muito velho? Muito acabado? Não sei, talvez não seja nada disso e eu esteja apenas cismando sem motivo, mas talvez seja exatamente isso; de

qualquer forma, eu realmente já estou relativamente velho e daqui pra frente é só decadência física e mental (inclusive esse é um dos principais fatores que motivaram a minha decisão) então se for isso mesmo só confirma o que eu já sabia. Eu não sei quem é o novo interesse dela (não no momento em que estou escrevendo esse comentário, pelo menos) e nem como é o jeito dele e a aparência dele mas acho melhor nem saber, ele deve ser melhor do que eu em tudo.

- Reitero mais uma vez, como já disse no vídeo, que minha ex e o término não são a razão pela qual estou fazendo isso e que ela não tem um pingo de culpa ou responsabilidade; qualquer pessoa sensata perceberia isso logo de cara sem eu precisar falar, mas com certeza haverá um ou outro que mesmo assim vai querer colocar ela como vilã, então deixo bem claro que o único responsável sou eu mesmo. Ela e o término foram catalisadores, pois despertaram em mim pensamentos e sentimentos que eu já tinha desde muito antes de conhecê-la (ou seja, o problema está unicamente em mim), mas não são a razão principal.

- Ainda não sei como vou fazer, mas até o momento o método que mais me interessou é o de cortar a garganta com uma faca (e definitivamente não quero fazer nada envolvendo altura). Vou pesquisar bastante ainda.

- Como disse no vídeo, creio em Jesus Cristo como salvador e tenho fé que irei pro céu (apesar do •••••••• ser um pecado horrível), mas por outro lado minha mente fica flertando com a crença de que esse ato irá dar um restart em minha vida e eu viverei uma vida melhor ou então eu iriei encarnar em outra realidade melhor do que essa (mas que não seja o Céu, não será uma realidade perfeita mas uma onde não há envelhecimento e feiúra física mas há relações sexuais - essas crenças não possuem nenhuma base bíblica mas agradam muito a minha mente carnal). Sinto que me retornarei como um herói, um paladino, ou talvez não.

- Eu não suporto a decadência, sei que a minha decadência física só está começando mas o mero pensamento de que estou biologicamente um pouco mais envelhecido e acabado do que o dia de ontem, nem que seja 0.0001%, já é insuportável pra mim e me tortura profundamente. Geralmente uma das primeiras reações que as pessoas têm quando ouvem falar que fulano colocou fim na própria vida é que ele deveria ter ido buscar ajuda enquanto podia e blablabla, isso de fato seria o mais racional e sensato a se fazer mas isso não solucionaria a decadência da minha carne pelo envelhecimento e muito menos a reverteria e portanto eu não quero isso - de que adiantaria fazer terapia e tomar uns remedinhos se a vida que eu iria viver daqui pra frente continua sendo uma de decadência e envelhecimento constante?
-

Coloquei o meu celular para carregar, mas não quero esperar para continuar a escrever (gosto de quando as ideias ainda estão frescas na mente), portanto resolvi passar para o papel. Sabe-se que pessoas que realmente levam a cabo seus respectivos sui**ios o fazem no calor do momento e que pessoas que planejam muito acabam desistindo na hora; eu estou ciente disso e não quero cometer o mesmo erro, portanto ao invés de tentar ir me convencendo e me preparando aos poucos eu pretendo simplesmente aguardar que um episódio de crise aconteça e ceder (e se esse momento de crise não vier a ocorrer naturalmente eu irei atrás de gatilhos que provoquem algo assim; entretanto, é improvável que não venha a acontecer pois eu já passei por vários momentos assim nos últimos tempos, a diferença é que eu os resisti). Esse tempo de espera que estou tirando não possui a finalidade de me preparar mentalmente mas a de determinar e preparar o melhor método e também me dar a oportunidade de expressar todos os meus pensamentos, sentimentos e explicações que julgo necessários serem expressados (não quero que seja em vão, sei que pouca vai se importar e que logo serei esquecido mas também sei que para algumas pessoas fará diferença e portanto quero que elas saibam o que eu tenho pra falar - principalmente familiares, não consigo nem imaginar a dor que isso causará neles e sei que estou sendo extremamente ingrato)).

Eu sou praticamente uma criança em um corpo de 24 anos, já envelhecendo e entrando em decadência. Isso é extremamente ridículo e patético, eu sei que as pessoas ao meu redor genuinamente gostam de mim (falo aqui de familiares) mas a verdade é que eu sou um fardo pra elas; nunca fiz nada de útil, nunca produzi nada de valor e nunca contribuí com nada, eu sei que teoricamente ainda da tempo de mudar isso mas sempre que sequer penso em tentar sinto como se uma força invisível começasse a me puxar pra inércia e me provocar sonolência e moleza - além de que, já é tarde demais pra reverter certas outras coisas, sendo a principal delas o envelhecimento biológico. Sei que muitas pessoas ao ler isso irão automaticamente concluir que eu estou inventando desculpas pra ser vagabundo, que estou de frescura, que eu sou muito fraco, que tem pessoas lidando com situações infinitamente piores e nem por isso desistem, etc; eu não tenho como discordar dessas pessoas, elas realmente têm razão, mas é justamente isso que me encoraja ainda mais a fazer o que pretendo fazer (ou que já fiz, a depender do momento em que isso estiver sendo lido): se coisas tão bobas e supérfluas (pelo menos na visão alheia) já são o bastante pra me motivar a tomar esse tipo de decisão então eu realmente não fui feito pra estar vivo e estou prestando um favor à humanidade ao dar fim à minha existência, é um parasita a menos fazendo peso na Terra.

De certa forma estou curtindo essa experiência, ter decidido pelo •••••••• me deu um objetivo de curto prazo pra correr atrás e um norte pelo qual me orientar, além de proporcionar um fim rápido pra várias questões que me afligem mentalmente (ou seja, não preciso me preocupar mais com elas) e me dar uma ótima oportunidade de me expressar plenamente (modéstia à parte, creio que me expresso relativamente bem e eu gosto disso). Estou me sentindo animado e eufórico com tudo isso, e ironicamente até um pouco esperançoso também.

- Hoje, no momento em que escrevo isso, é dia 20 de outubro de 2023 e resta 72 dias até o final do ano. Pretendo fazer o que tem que ser feito antes do ano terminar.

- Sei que parece contraditório que eu fale que minha ex não é a razão pela qual tomei essa decisão e diga que estou consciente de que ela não tem culpa nenhuma ao mesmo tempo que a menciono tantas e tantas vezes, mas acontece que eu só a menciono porque ela e meus sentimentos em relação a ela são o que "personificam" e "simbolizam" todos esses problemas que eu carrego dentro de mim. É mais ou menos análogo à relação entre AH e a Alemanha N*z**ta, pois AH por um acaso acabou se tornando a personificação do n*z**mo mas o n*z**mo obviamente foi um fenômeno infinitamente maior do que AH e possivelmente tudo teria acontecido mais ou menos da mesma forma

caso AH não tivesse existido (ou não, vai saber, mas acho que deu pra entender o que eu quis dizer). Por ter sido algo recente e por acaso acontecido no momento mais "oportuno" a minha mente acaba associando tudo com ela e com o término e por isso eu a menciono tanto (mas isso é apenas a superfície, eu sei que o problema está em mim e que é muito mais profundo do que isso). Ela não fez nada de realmente ruim pra mim e não tenho como honestamente culpa-la por nada, a única coisa que ela fez foi terminar comigo mas ela não tinha nenhuma obrigação de continuar comigo.

- De certa forma sinto-me como um herói ou um paladino justiceiro pois é como se eu não fosse realmente Leonardo Meira mas um espírito altivo que surgiu dentro de Leonardo Meira e irá dar cabo de sua existência inútil e parasitária.

- Eu talvez tivesse potencial pra alguma coisa mas ele já foi todo desperdiçado e por isso eu mereço ser aniquilado, a árvore que não dá frutos é atirada ao fogo. Por outro lado, ainda que tudo tivesse dado certo isso não mudaria a realidade do envelhecimento biológico, da efemeridade das coisas e da decadência e tudo isso é insuportável pra mim, então talvez o auto-extermínio seja a única saída possível em qualquer cenário. Olho pra essa situação de várias formas diferentes mas no final das contas todas levam à conclusão de que a decisão que tomei é a correta.

- Muitas pessoas são complexadas quanto a idade pois sentem que não possuem conquistas condizentes à idade que elas têm ou que não são mentalmente maduras o bastante ou não possuem experiências o bastante. Eu partilho em grande parte do mesmo sentimento, mas o próprio envelhecimento em si já me causa angústia, mesmo que eu envelhecesse cheio de conquistas continuaria sendo envelhecimento (biologicamente), continuaria sendo decadência e a decadência me tortura. Eu não quero simplesmente aceitar que minha carne vai se deteriorar lentamente a cada dia que passa, sem perspectiva de melhora - e eu não vou.

- Há a possibilidade de que nas próximas décadas, de alguma forma, seja desenvolvido algum método pra se reverter biologicamente a velhice e isso realmente seria perfeito. Entretanto, não há a mínima garantia de que isso irá acontecer (e se acontecer, nada garante que será acessível pra mim), então eu não quero passar anos e anos decaindo fisicamente na espera de algo incerto. A decadência física me causa um pavor extremo, é uma tortura psicológica.

- Sinto que minha ex começou a ter nojo e repulsa da minha aparência física depois de algum e que ela acha que sou velho e acabado e por isso ela prefere um novinho. Talvez eu esteja errado, mas talvez eu esteja certo.

- Isso tudo está me lembrando do caso daquele Yonlu, que também se churrascou sem haver algum motivo externo relevante que o motivasse. Entretanto, não me identifico nem um pouco com ele, ele era um desses cabeludinhos novinhos magrinhos que as moças ficam correndo atrás (incluindo, talvez, a minha ex) e eu sou velho e acabado (e nem quando eu tinha essa idade eu era assim). Detesto esses caras pois sinto muita inveja

deles e queria que eles sumissem ou então que deixassem de atrair tanta atenção feminina.

- A ideia de por um fim em minha vida com a finalidade de evitar um envelhecimento não é de agora, desde pelo menos o início de 2019 eu já tinha isso em mente. De início, o meu plano era passar os meus próximos anos planejando fazer algo grande e marcante (prefiro não especificar aqui, mas não é nada que envolva fazer mal a pessoas inocentes) quando eu chegasse nos 30 ou trinta e poucos e então me churrascar e durante muito tempo eu flertei com essa ideia. Hoje em dia eu já não quero mais esperar tanto assim, quero que ocorra logo; naturalmente, por conta do pouco tempo eu não irei ter como fazer nada marcante mais, só praticar o auto-extermínio mesmo e pronto.

- Há algo de altivo e valoroso dentro de mim mas a minha carcaça precisa ser destruída pra que essa parte seja lapidada e possa se libertar. Olhar por esse lado é em grande parte o que faz com que eu me sinta animado e eufórico quanto ao que irei fazer. Tanto que eu me sinto menos triste agora do que eu já estava me sentindo anteriormente, me sinto como se eu estivesse na expectativa pra algo grandioso (e de certa forma é grandioso mesmo, será um evento muito marcante pra mim).

- Não vou dizer que a minha ex é única, certamente há outras como ela e eu inclusive já fiz a auto-crítica de que, por conta disso, eu não deveria coloca-la em um pedestal; entretanto, o fato de haver outras iguais a ela não significa que essas outras irão ter qualquer interesse em mim, e mesmo que tenham não significa que estarão acessíveis igual a minha ex estava. Sinto, portanto, que eu ter namorado a minha ex foi um golpe de sorte absurdo da minha parte e que não vai se repetir - e eu agora até espero que não se repita mesmo, já que vou me churrascar e caso isso fosse acontecer eu iria estar perdendo uma oportunidade.

- Quero deixar claro que não tomei essa decisão pra receber atenção e visibilidade, isso seria burrice porque não é garantido que eu vá receber um grau considerável das duas e também porque eu nem irei estar vivo pra ficar conferindo qual será a reação das pessoas; o que me levou a tomar essa decisão é não estar aguentando mais essa dor interna e essa sensação de mediocridade e decadência, no meu ver eu estarei fazendo algo benéfico pra mim mesmo pois irei parar de sofrer. Entretanto, eu quero, sim, aproveitar pra receber algum grau de visibilidade caso possível, pois eu creio que algumas das coisas que eu tenho pra falar merecem ser ouvidas e que irão fazer algum impacto da vida de algumas pessoas; por isso, estou pensando na melhor forma de divulgar e chamar a atenção pro meu auto-extermínio quando ocorrer, não quero ser só mais um que morre e pronto (mas se eu for, ta tudo bem, o que importa é que a minha dor cessou).

- Irei, sim, repetir as mesmas ideias, pensamentos e afirmações várias vezes nessas notas que estou deixando, pois creio que a repetição ajuda bastante a fixar um conceito na mente do leitor (principalmente se não forem repetições idênticas). Não é atoa que a própria Bíblia usa muito de repetições.

- Minha maritaca de quase 18 anos faleceu dia 4 de agosto de 2023 e isso me impactou muito, esse acontecimento foi um catalisador tão ou até mais forte que a minha ex terminar comigo (algo que, por sinal, aconteceu menos de um mês antes); ela estava comigo desde quando eu tinha 6 anos e praticamente passamos a vida juntos. Porém, não quero falar muito dela e nem da minha família, é algo que dói muito mas que eu não consigo e nem quero colocar em palavras e conceitualizar (ao contrário do que ocorre quanto a como eu me sinto em relação a minha ex), só quero que saibam o quão importante ela foi pra mim e que de modo algum estou esquecendo dela.

  21/10/2023

- Dia 28 de janeiro de 2023 foi quando a minha ex veio na minha cidade me conhecer e aquele foi um dos melhores dias da minha vida, talvez o melhor; um mês depois, dia 28 de fevereiro de 2023, ela me manda um texto dizendo que também adorou ter passado aquele dia comigo e que já pensava em um futuro comigo, que ela se sentia tão diferente e especial comigo, que parecia que a gente já se conhecia há muito tempo, etc. Me dói muito lembrar disso porque eu levei tudo pro coração e realmente acreditei, mas aí poucos meses depois ela começou a ficar distante de mim e terminou porque simplesmente não tava sentindo interesse mais (não houve um grande motivo). Esse contraste imenso entre um momento e o outro é insuperável pra mim, bem que dizem que quanto mais alto você estiver maior será a queda e foi exatamente isso que aconteceu. No dia em que ela veio aqui ela colocou a música "Pela Luz dos Olhos Teus" pra tocar enquanto estávamos abraçados e disse que era a nossa música, e depois disso ela colocou uma versão instrumental da mesma música pra tocar de fundo no texto que ela havia me mandado (também havia lá uma foto das nossas mãos uma encostada na outra e uma representação de nós dois no picrew que ela fez); por isso, hoje em dia fico muito triste só de ouvir essa música ou qualquer outra música cuja melodia seja remotamente parecida.

- Hoje em dia me deparar com qualquer coisa relacionada ao Rio de Janeiro faz eu me sentir pelo menos um pouco mal pois essas coisas me lembram da minha ex.

- Essas coisas que estou escrevendo me dão uma vergonha muito forte, eu sou auto-consciente o bastante pra entender o quão constrangedores e degradantes esses meus pensamentos são; mas, de qualquer forma, eu ainda assim sinto uma necessidade muito forte de coloca-los pra fora. Ainda bem que eu nem vou estar mais vivo quando isso tudo ficar visível pra outras pessoas.

- Complicado que as coisas mais aleatórias possíveis já me lembram dela. Por exemplo, acabo de ver alguém comentando algo sobre "quem nunca fez fake no facebook ficou preso em 2012" e isso me lembrou da minha ex falando dos fakes que ela fazia quando era mais nova - e, consequentemente, me fez me lembrar da pessoa dela e agora estou triste (mais do que eu já estava antes).

- Não é como se eu tivesse muitas opções de mulher pra escolher, nunca fui a preferência delas, mas eu sequer consigo gostar da ideia de tentar ir atrás de outras. Já faz mais de três meses que a minha ex terminou comigo e eu até

consigo sentir algum nível de atração por outras moças se eu tentar mas nada que se compare ao que eu ainda sinto por ela.

- Minha ex fez um bordado das minhas calopsitas e me deu de presente, acho que foi o melhor presente que já recebi na vida (pelo menos de pessoas que não sejam família). Eu ainda gosto muito e não pretendo me desfazer dele.
-

  Dos pássaros que eu tenho hoje em dia nenhum gosta de mim igual a Loura gostava, o Pipito (calopsita macho) é o que mais vai com a minha cara e parece ficar alegre com a minha presença mas de modo algum ele é apegado igual a Loura era (do tipo que começava a chamar quando eu ia embora). Acho que se por algum motivo qualquer eu sumisse e não voltasse mais nenhum deles iria sentir minha falta.

- Há muitas pessoas resilientes que aceitam traumas, tragédias ou mesmo as simples realidades duras da vida e seguem vivendo mesmo assim, se contentam e pronto; eu não tenho nada contra essas pessoas e de certa forma até admiro, em algum grau, quem consegue ser assim, mas eu definitivamente não sou uma delas e não almejo ser. Vou fazer o que? Simplesmente engolir que a vida é isso aí mesmo e me resignar a continuar sofrendo por décadas? Devo simplesmente aceitar o envelhecimento bio-fisiológico, a solidão, o esquecimento e a decadência? Não, eu não vou, não é porque milhões (digo "milhões" ao invés de "bilhões" pois creio que boa parte da população humana sequer possui profundidade emocional e intelectual o bastante pra passar por

esse tipo de sofrimento - bom pra eles) de pessoas aceitam isso que eu vou ter que aceitar também, eu me amo e justamente por isso vou tirar minha própria vida pra que assim o sofrimento acabe - parece uma decisão bem lógica e sensata pra mim. Alguns dirão que eu deveria valorizar as coisas boas na minha vida, e realmente é verdade que há muitas coisas boas a serem valorizadas na minha vida; o problema, é que o sofrimento mental pelo qual eu passo não é anulado por essas coisas, nem os fatores que provocam esse sofrimento (e esse sofrimento também me impede de aproveitar tais coisas).

- Eu amo a vida e é justamente por isso que decidi acabar com a minha, pois me doi muito vê-la nesse estado de decadência e não poder aproveita-la plenamente (e acho que nenhum ser humano realmente pode aproveita-la de forma plena, alguns podem mais que os outros mas ninguém é 100% e todos irão passar por decadência caso não morram cedo). Ha bilhões de pessoas no mundo e trilhões de possibilidades a serem vivenciadas mas só nos é possível aproveitar 0.000001% disso e mesmo assim ainda contando com nosso esforço ou muita sorte; isso é desesperador e extremamente frustrante, ainda mais aliado à realidade do envelhecimento biológico.

- Tenho, em nível bio-fisiológico, uma libido normal ou talvez até um pouco alta; entretanto, passei a ter um bloqueio mental forte quanto a isso ultimamente e portanto ando evitando tais pensamentos, eu sinto que é muito triste e degradante fantasiar com sexo quando não se há a possibilidade real de tê-lo em um futuro próximo. Passei a pensar o mesmo quanto a vida de forma geral, também não consigo mais ter sonhos, fantasias e idealizações pois percebo que a chance de torna-los realidade é mínima - e agora, que irei me •••••, é nula.

- Estou profundamente irritado no momento pois há um turbilhão de pensamentos na minha cabeça e eu só consigo colocar uma fração deles em palavras. Eu quero registrar o máximo de coisas possíveis pois um objetivo secundário do que eu irei fazer é tentar chamar a atenção pra mim e para o que eu tenho a dizer (mesmo que seja momentâneo e eventualmente eu venha a ser esquecido); além disso, eu também faço questão de me defender as objeções óbvias que virão a ser feitas.

- Eu abomino completamente essa mentalidade conformista de que a vida é do jeito que é e precisamos aceitar isso e seguir em frente. Eu não quero aceitar nada disso, eu escolho pular fora.

22/10/2023

Eu estava me lembrando daquele Ronnie McNutt e fui pesquisar sobre a vida do mesmo pra ver se eu me identificava com alguma coisa. Infelizmente eu percebi que nem me comparo pois ele de fato havia vivenciado coisas traumáticas que "justificam" a decisão tomada por ele (o Ronnie era veterano da Guerra do Iraque e presenciou coisas pesadas lá) e ele também conquistou muito mais na vida do que eu, ele tinha uma personalidade interessante e uma espécie de legado a ser deixado. Da mesma forma, também não me comparo

com o Yoñlu pois apesar desse último ter se churrascado (literalmente) também sem ter passado por grandes traumas e primariamente por motivos internos (pessimismo com a vida em geral) ele era uma pessoa desde cedo muito talentosa, com várias músicas gravadas e todo um legado artístico que segue vivo até hoje, simbolizando sua vida e lembrando as pessoas de sua existência até hoje; e eu? Eu não tenho nada, não ofereço nada de interessante, não produzo nada, não possuo nenhum tipo de contribuição pra deixar ao mundo, sou um velho acabado de 24 anos que é completamente inútil e medíocre; nem pra deixar minha memória "viva" (eu sei que em algum momento ela vai ser esquecida, mas gostaria de pelo menos retardar isso) eu vou prestar, provavelmente não haverá nada que torne minha morte especial entre tantos outros casos parecidos - levando em conta o meu azar, é capaz até mesmo de que outro •••••••• muito mais impactante ocorra na mesma época em que eu me for e isso me ofusque completamente. Isso é triste, mas pelo menos o objetivo primário da minha decisão é acabar com o meu sofrimento e não chamar a atenção (apesar de eu também querer chamar a atenção, se possível).

- Um pensamento que vem me agradado é o de que pelo menos eu irei ficar registrado como alguém que morreu "jovem", ainda que tenha sido uma vida extremamente medíocre e desinteressante. Eu já estou envelhecendo e me deteriorando fisicamente mas pelo menos não vou passar pelas próximas fases desse processo, não carregarei nas costas o peso de ter 28, 29, 30, 32, 35, etc.

- Hoje é dia 22 de outubro de 2023, dentro de um mês irá fazer um ano que eu e minha ex começamos a nos falar. Doi tanto...

- Eu gostaria que o meu caso no mínimo aparecesse em alguma plataforma como aquele canal do Gustavo Pinheiro/Stackz, pra ter o mínimo de visibilidade. Entretanto, pra isso acontecer eu preciso que o meu caso tenha algum aspecto único e interessante, que o diferencie das outras centenas de ••••••••• que ocorrem todos os dias, ou no mínimo que ele ocorra já tendo uma visibilidade considerável (algo tipo começar uma live, esperar até um número considerável de pessoas estar assistindo e então realizar o ato). Além do mais, é possível que por eu querer que o meu caso seja divulgado as pessoas façam questão de não divulga-lo, por causa daquela abobrinha de que é apologia ao •••••••• e pode encorajar outras pessoas a fazer igual - o que eu acho um absurdo, pois essa gente vive divulgando e falando sobre assassinos/autores de massacre e tirar as vidas de outras pessoas (inocentes) é muito pior do que tirar a sua própria.

- Com certeza eu iria ganhar muito mais visibilidade caso além de tirar a minha própria vida eu também tirasse a de outras pessoas no processo. Mas isso é errado, eu não vou atentar contra a vida de ninguém além da minha própria.

- A vida da minha ex parece ser muito mais interessante, movimentada, excitante e cheia de pessoas do que a minha. Isso me incomoda.

- Não vão poder falar que eu estou me fazendo de coitado, afinal de contas eu estou escrevendo isso só pra mim mesmo e só se tornará visível após eu já estar morto.

- De que adianta aceitar que "a vida é isso aí mesmo", se contentar, parar de reclamar, se resignar, etc se não vai haver nenhuma recompensa pra isso no final? "Reclamar não vai ajudar em nada", eles dizem, mas aceitar a situação como ela é também não muda em nada (e tentar muda-la é impossível, as coisas que me afligem estão fora do meu controle), você ainda terá que lidar com todos os sofrimentos e decepções proporcionados pela vida - e, o pior de tudo, vai ter que aceitar tudo calado, só pra poder ter o "orgulho" de bater no peito e dizer que você não é um chorão, um fracassado derrotista, etc. É muito mais conveniente acabar com tudo de uma vez

- Ultimamente, toda vez que vou na garagem tirar o carro eu me lembro da manhã do dia 28 de janeiro de 2023, quando ela veio na minha cidade e eu fui buscar ela na rodoviária de carro. Isso é uma das muitas associações que a minha mente faz com a minha ex e que me machucam bastante.

- Eu sinto que realmente to levando isso a sério, to sentindo um clima muito intenso e pesado internamente.

- Hoje, tarde do dia 22 de outubro de 2023, o meu bem estar mental ficou em uma situação ainda mais precária e acho que posso dizer que estou em um estado de crise. Estou com uma sensação de que própria realidade parece estar se desintegrando ao meu redor e tudo parece muito estranho. Acho que eu conseguiria me churrascar agora caso eu tentasse, mas isso não está de acordo com os meus planos então vou só aguentar o tranco e aguardar, dentro de algumas semanas tudo isso vai finalmente acabar.

- Quando eu tinha 11 anos de idade eu gostava muito de Resident Evil 4 e ficava procurando tudo sobre o jogo na internet, só que eu reparava que o Leon era muito bonito e eu ficava com muita inveja dele - e quando eu via comentários de mulher dizendo coisas como "o Leon é muito gato, eu pararia ele no meio da missão só pra assediar" a minha geleia [inveja] crescia à décima potência. Em alguns momentos eu ficava sonhando em ficar parecido com o Leon quando eu crescesse e até pensava em alisar o cabelo, em outros eu ficava com raiva e fantasiava que eu era um ganado e matava ele dolorosamente (tudo por conta da geleia/inveja). O engraçado é que nessa época eu não tinha o mínimo contato com qualquer bolha virtual que falasse de coisas como lookismo e "hipergamia", então eram pensamentos e emoções genuinamente meus, eram coisas que eu já sentia quando era criança sem qualquer influência externa. Lembro de ter lido em algum lugar que no RE4 o Leon tinha 27-28 anos e, por ele ser tão bonito e jovial, eu ficava com a impressão de que essa faixa de idade era a ideal, mas hoje em dia eu percebo que muitos homens já começam a decair fisicamente desde antes disso - e eu sou um deles.

- Tem um plástico bolha aqui na sala de casa que eu e minha ex ficamos estourando por alguns minutos da última vez que ela veio aqui, sempre que olho pra ele eu me lembro automaticamente dela e fico triste; outra coisa que

também me lembra bastante dela é sentar no sofá, pois me provoca memórias dos momentos em que ficamos sentados juntos naquele mesmo sofá (e o mesmo se aplica a uma cadeira que tem lá no terraço) - também acabo de me lembrar que da última vez que ela veio aqui eu pensei em ligar o meu antigo Playstation 4 pra jogar alguma coisa mas o cabo estava quebrado, aí sempre que me lembro desse cabo eu acabo me lembrando dela e ficando mal também. Eu sinto as coisas muito profundamente e minha memória faz as associações mais aleatórias possíveis, por isso sofro tanto com isso; ela já é o oposto, ela não tem apego nenhum por memórias e não sente nada com coisas do passado, não há nada de errado em ela ser assim mas saber disso só aumenta a minha angústia ainda mais.

- Eu aceitei tranquilamente quando a minha ex terminou comigo, eu não fiquei insistindo pra ela mudar de ideia, não fiquei tentando barganhar e nem prometer mudanças (até porque nem tinha o que mudar, não era essa a questão), só cortei o contato com ela gradualmente e pronto; algumas semanas depois eu voltei a falar com ela pra esclarecer algumas coisas mas depois disso cortei o contato mais ainda e futuramente até bloqueei o perfil dela - em suma, não só não fico atrás de saber nada dela como até evito ver qualquer coisa referente a isso sempre que possível pois sei o mal que me faz. Entretanto, mesmo assim eu não consigo parar de pensar nela, cada dia que passa a minha mente arruma uma nova maneira ou um novo ângulo de olhar pra essa situação e fazer um me sentir triste, ansioso, angustiado, desesperado, desesperançoso, etc de um modo diferente; inclusive, hoje em dia eu me sinto até pior do que eu estava me sentindo nas primeiras semanas, mesmo tendo cortado o contato e tudo mais.

- O término aconteceu dia 12 de julho de 2023, durante as quatro primeiras semanas eu me senti mal porém deu pra suportar tranquilamente e isso me causou a ilusão de que o pior já havia passado e eu iria superar aquilo logo. Isso foi um triste engano, pois dia 4 de agosto de 2023 minha maritaca Loura, que estava comigo desde quando eu tinha seis anos, veio a falecer e isso provocou uma série de pensamentos horríveis em mim e não demorou muito pra que esses pensamentos passassem a ser sobre a minha ex, tanto que durante a tarde do dia 6 de agosto (um domingo) eu estava tão inquieto com todas essas questões que eu nem conseguia respirar direito, por isso no dia 7 eu resolvi entrar em contato com minha ex e perguntar sobre algumas coisas que ainda não estavam claras o suficiente pra mim; minha ex foi bem educada e simpática ao me responder mas mesmo assim eu saí completamente destruído daquela conversa pois concluí que eu realmente já não significava mais nada pra ela e que ela estava muito bem sem mim (e não há nada de errado nisso, eu não estou tentando jogar qualquer culpa pra cima dela por conta disso - apesar de ser tentador e eu já ter feito isso antes). As próximas duas semanas foram um inferno absoluto pra mim, eu só conseguia fazer o mínimo no meu dia a dia e mal pensava em qualquer outra coisa além disso; por volta da terceira semana eu, após finalmente tê-la bloqueado, comecei a falar pra mim mesmo que eu não deveria me rebaixar assim e que eu ainda podia encontrar outra moça tão boa quanto ela e isso de certa forma fez eu me sentir bem e deixar aquela angústia de lado, tanto que eu comecei a achar que eu havia finalmente superado a ex; entretanto, eu só estava como

"anestesiado", eu ficava eufórico e animado em relação a outras coisas mas era tudo forçado, não era nada genuíno e lá no fundo o "fantasma" da minha ex continuava a rondar minha mente, tanto que nos últimos dias de setembro essa ilusão finalmente começou a desabar e eu admiti pra mim mesmo que eu ainda sinto falta da minha ex, de lá pra cá só piorou e creio que atualmente estou até pior do que eu estava em agosto.

23/10/2023

- Uma coisa boa em me diminuir e me degradar é que passado algum tempo minha mente começa a me colocar pra cima, me dar esperanças e fazer eu me sentir bem involuntariamente, como se fosse uma resposta natural; hoje eu acordei assim, primeira vez em mais de uma semana que eu não acordo sentindo agonia. Mas por outro lado isso também faz um certo mal pois é como se eu estivesse anestesiado, não é genuíno e eu não tenho motivos reais pra estar me sentindo assim, tanto que racionalmente mantenho minha decisão; quando acabar eu vou sentir o baque e me sentir tão miserável quanto antes ou até mais.

- Desde que a minha ex terminou comigo eu fui gradualmente pegando um grau de aversão a pensamentos sexuais, passei a sentir desgosto com a ideia de pensar nessas coisas sem ter alguém pra compartilhar, me sinto ridículo e patético. Ultimamente só ando me permitindo a pensar em sexo quando estou conversando com moças que demonstram sentir algum nível de interesse em mim e até o momento houveram três (mas infelizmente todas moram longe e nenhuma parece gostar tanto de mim igual a minha ex gostava no início, ao ponto de ter tido a iniciativa de viajar pra me ver); quando não estou falando com nenhuma delas eu passo a sentir repulsa de qualquer sentimento de libido que me ocorre.

- Eu não creio que as vontades e os desejos sejam coisas negativas e que devamos abrir mão deles; pelo contrário, eu acho essa mentalidade uma loucura, acho esse conceito insuportável e prego o oposto disso. Os prazeres, ambições, euforias, afetos e devoções são todos bons e desejáveis, o grande problema de tudo é a inabilidade de satisfazê-los e também a decadência e efemeridade associadas aos mesmos (e ao ser confrontado com essas realidades eu escolho "quitar" [desviver], não me conformar com elas - afinal de contas, qual o sentido de me conformar se nada vai mudar por conta disso?), mas isso de modo algum significa que eles sejam maus em si porém sim que há um problema fundamental com a própria realidade e sua natureza passageira e efêmera - se a realidade fosse diferente e as coisas fossem menos efêmeras, frágeis, caóticas e incertas esse problema estaria resolvido. Não sei de nada, mas talvez ao quitar eu renasça em uma realidade [uma realidade melhor] e será ótimo.

- Fico triste quando vejo moças postando sobre os interesses amorosos delas (principalmente quando é perguntando se tal coisa agradaria o cara ou falando sobre como gostam do cara) porque eu me lembro de quando minha ex ficava postando sobre mim.

- O filme "Girl, Interrupted" é um dos favoritos da minha ex (se não o favorito) e nós assistimos esse filme juntos pelo Rave. Qualquer referência a esse filme me deixa triste porque faz eu me lembrar da minha ex.

- Acabo de ver um vídeo de um casal brigando feio em um elevador (acho que são russos) e depois voltando às pazes e se abraçando. Minha ex me disse coisas que deram a entender que o que ela buscava em um relacionamento [era algo daquele tipo] e eu não pude oferecer isso, me senti mal por me lembrar disso e também me sinto insuficiente e chato/entediante.

- Minha ex inicialmente ficava dizendo que era possessiva, ciumenta, obsessiva, etc mas a realidade é que ela se mostrou fria e indiferente quanto a mim. No início ela até dedicava bastante atenção a mim mas eu não considero isso obsessão, apenas um tratamento normal a se dar pra quem a pessoa gosta (e eu não estou reclamando, eu adorava que ela me tratasse assim); e além disso, foi questão de tempo até ela começar a ficar distante. Creio que por eu ser carente eu sempre gostei muito da ideia de uma mulher ser possessiva em relação a mim e isso foi uma das coisas que fez eu me apaixonar por ela; justamente por isso foi tão horrível me deparar com ela sendo completamente indiferente em relação a mim, é um contraste muito doloroso - e eu não falo só da boca pra fora quando digo que gosto disso, a pior coisa que uma possível parceira poderia fazer comigo é me largar e, em segundo lugar, me trair; tirando isso, ela poderia querer me isolar de todo mundo, stalkear os mínimos detalhes da minha vida, exigir atenção o tempo todo, partir pra agressão física, etc que eu não me incomodaria tanto com isso, inclusive algumas dessas coisas nem fariam diferença pra mim (tipo, por exemplo, querer me impedir de falar com outras mulheres, porque na época que namorei eu próprio já diminuí o pouco contato que eu tinha mesmo sem minha ex pedir isso).

24/10/2023

- Minha ex é canhota e eu gostava muito de ela ter isso em comum comigo, hoje em dia fico muito triste de lembrar que perdi coisas assim.

- Creio que mesmo que eu continuasse vivo eu não voltaria a vivenciar algo como o que eu vivenciei com a minha ex. Ela já está com outro e eu vejo várias pessoas ao meu redor que há pouco estavam solteiras iniciando relacionamentos, só eu continuo sozinho porque o meu padrão é justamente esse, minha ex ter me namorado foi uma anomalia e provavelmente nunca irá ocorrer outra vez - talvez, se eu forçasse/"corresse atrás" até poderia iniciar um outro relacionamento mas com certeza não seria nada bom como foi o relacionamento com a minha ex, que foi algo totalmente espontâneo. Foi questão de pura sorte uma moça bonita e que combina comigo em tantas coisas por um acaso estar em contato comigo e por um acaso gostar de mim também, realmente é algo que nunca vai voltar a se repetir porque foi praticamente perfeito (tanto que é por isso que na época eu achava que eu e

ela estávamos destinados a ficar juntos - claro que é normal pessoas apaixonadas pensarem isso, mas quando o relacionamento termina e é passado algum tempo elas se dão conta de que não era tudo tão bom e perfeito assim; não é o meu caso, já faz mais de três meses que ela terminou e eu continuo com a mesma sensação, mesmo já tendo tentado esquecer, tentado me fazer pensar que ela não era tudo isso, etc). Eu já tinha noção disso na época em que eu namorava, tanto que em alguns momentos de carência (quando eu estava com saudades de vê-la pessoalmente) eu falava pra ela que se não fosse por ela eu nunca iria ter outra e coisas do tipo, mas aparentemente isso acabou fazendo mal pro relacionamento porque ela dizia que isso a incomodava e que transmitia muita insegurança e fraqueza - essas coisas foram um fator principal em ela terminar comigo, ao que parece (eu só fico intrigado porque no início do relacionamento eu era até mais inseguro e mesmo assim ela estava apaixonada).

- Diz-se que se depreciar e ter uma concepção baixa de si mesmo espanta mulheres, caso você seja homem, mas eu discordo de que isso seja inteiramente verdade pois a única vez que eu namorei na vida foi justamente um momento em que estava mais pra baixo do que nunca - e mesmo assim ela quis se aproximar de mim. Além disso, no meu caso em específico possuir um grau moderado de auto-depreciação faz parte integral da minha personalidade e tentar reprimir isso só vai me causar frustração pois eu não estarei sendo eu mesmo. Creio que ter esse tipo de atitude só é problema quando você começa a incomodar outras pessoas por conta disso, a culpa-las, a ter desconfianças bobas, etc, mas na medida em que você evita que outros sejam afetados não vejo esse tipo de problema na auto-depreciação.

- Lembro que da última vez que a minha ex veio aqui em minha casa eu sem querer deixei cair uma moeda no bueiro que tem na frente da minha casa e ela falou brincando que da próxima vez que ela viesse ela iria trazer um ímã pra "pescar" a moeda de dentro do bueiro (só que obviamente ela nunca mais voltou). Agora fico triste toda vez que vejo bueiros e também quando vejo moedas caindo, pois me lembra desse momento (um dos últimos que passei com ela presencialmente).

- Isso é tudo extremamente ridículo e é muito constrangedor ler as minhas próprias palavras: um marmanjo de 24 anos querendo se churrascar por motivos completamente banais e supérfluos, e ainda por cima diz que não é por causa da ex mas no mínimo 50% dos comentários são sobre ela. Eu já respondi ambas essas objeções anteriormente mas ainda assim minha mente insiste nelas. De qualquer forma, a vontade de falar é maior do que a vergonha, então seja o que Deus quiser...

- Eu lembro que no final de fevereiro ou início de março de 2023 a minha ex me mandou umas músicas do Foster The People (até então eu só conhecia "Pumped Up Kicks") e eu gostei muito dessas músicas, infelizmente não posso voltar a ouvi-las porque elas irão me lembrar muito dela e isso me deixará muito triste.

- Creio que um bom método de realizar ato seria ter a minha cabeça separada do corpo por uma máquina de serrar, lembro que em 2021 (talvez tenha sido 2022 mas acho mais provável 2021) eu postei uma notícia sobre um sul-africano que entrou em um supermercado e fez isso usando um fatiador de carne (ou algo assim, a memória não está tão clara) e nos comentários alguém comentou que aquele foi um jeito "alfa" de se churrascar; realmente, separar a própria cabeça do corpo parece muito mais impactante do que tomar remédios, respirar gás, se enforcar e até mesmo atirar contra a própria cabeça (é bem menos comum também). Se for o caso, já até sei mais ou menos onde encontrar uma máquina assim.

- Hoje é dia 24 de outubro de 2023 e eu estou vestindo a mesma camisa que vesti quando fui ao Rio de Janeiro vê-la e conhecer a família dela, essas memórias me deixam triste. Eu também lembro muito bem da camisa que eu estava vestindo no dia 28 de janeiro de 2023, quando ela veio aqui onde eu moro e nos vimos pessoalmente pela primeira vez (aliás, ela foi a primeira e única pessoa da internet que eu já vi pessoalmente, parecia até mágica aquilo estar realmente acontecendo); fico ainda mais triste quando estou usando essa camisa e lembro disso pois aquele dia foi ainda mais marcante e mais feliz pra mim (talvez o dia mais feliz que eu já vivi).

- O finalzinho de 2022 e o primeiro semestre de 2023 foi a melhor época que eu vivi na vida, não só por eu estar com ela mas porque tudo começou a dar magicamente certo, de uma forma muito espontânea e fluida (e eu estar com ela foi o maior "símbolo" dessa transformação, mas passa longe de ser o único aspecto). Daí agora no segundo semestre tudo começou a dar errado e desabar e eu basicamente fiquei até pior do que eu era antes, doi muito vivenciar esse contraste e se desiludir, estar acostumado a tudo ter ficado tão bom e de repente isso acabar tão depressa quanto começou; isso é o que mais está doendo.

- Eu não fico procurando saber nada dela, inclusive evito, e quase tudo o que eu vim a saber dela nos últimos três meses foi mais ou menos contra a minha vontade; entretanto, tenho certeza que no momento em que ela assumir um relacionamento com esse outro cara na hora aparecerão no mínimo umas cinco pessoas pra me informar disso e talvez até me mostrar fotos deles juntos, quando isso acontecer é quase certo que eu vá querer fazer churrasco e por isso eu espero que demore um pouco pra acontecer, porque eu não quero fazer isso ainda (mas se acontecer no momento certo vai ser uma ótima oportunidade). Eu provavelmente não irei reagir assim na mesma hora em que eu ficar sabendo, só irei ficar chocado mas durante algum tempo fingirei pra mim mesmo que está tudo bem, porém logo os pensamentos e sentimentos ruins vão tomar o controle e aí acabou (eu geralmente sou assim mesmo, demoro um pouco pra começar a realmente me sentir mal com alguma coisa - exemplo disso é que eu me senti mal quando ela terminou mas na medida que o tempo foi passando eu comecei a me sentir pior ainda ao invés de melhor).

- Ainda que eu a superasse eu ainda continuo velho demais e só vou ficar mais velho ainda com o passar do tempo. É por coisas assim que eu digo que o

problema não é ela, ela é só o catalisador, o problema está em mim e já criou raízes profundas.

- Acabou que ultimamente eu só estou falando dela, não era pra ser assim pois ainda há outros assuntos dos quais eu deveria tratar aqui, que eu acho importante serem esclarecidos logo já que não vou estar aqui pra esclarecê-los pessoalmente. Isso é reflexo de eu só estar pensando nela ultimamente, se tornou a razão central da minha agonia.

- O conselho mais dado pra pessoas como eu (no que diz respeito a como me sinto em relação ao meu término) é "supera!", eu queria que funcionasse assim mas não funciona. Eu tentei mesmo por um tempo me convencer a esquecê-la, a supera-la, a ver como um livramento, a pensar nela negativamente, etc e "funcionou" por algumas semanas mas logo desmoronou e agora estou pior do que antes; acontece que eu não consigo mentir pra mim mesmo, eu gosto dela e sinto a falta dela e se eu tentar dizer que não eu só vou sentir mais falta ainda.

- Enquanto estive com ela eu passei a ficar até um pouco mais comunicativo com as pessoas ao meu redor e também a desempenhar tarefas de um modo geral com mais habilidade e mais disposição. Agora, por outro lado, eu estou até pior do que eu estava antes: zero disposição pra fazer qualquer coisa porque nada tem graça (se for uma tarefa que eu já não achava cativante antes agora se tornou impossível), zero vontade de falar com as pessoas, olhar cabisbaixo e ansioso, trejeitos que demonstram um grau elevado de estresse e neurose.

- Sentindo uma agonia forte hoje (tarde do dia 24 de outubro de 2023), igual a da tarde de domingo (dia 22 de outubro de 2023), acho que eu tentaria quitar agora mesmo se eu cedesse (só pra acabar logo com essa dor, que chega a ser física).

- Todos esses altos e baixos emocionais estão fazendo o ano de 2023 parecer bastante longo na minha percepção; no início do ano eu era uma pessoa, no meio eu era outra e agora no meio-final já mudei completamente outra vez. Combina com o fato de ser o meu último ano.

- Hoje é dia 24 de outubro de 2023 e eu acabo de ver alguém (Matheus Marciano) perguntando sobre preços de aluguel no RJ, isso me deixou muito triste pois me lembrou na hora que a mãe da minha ex (carioca) aluga kitnets e isso naturalmente me lembrou da minha ex.

- Decidi que não vou ficar mentindo pra mim mesmo e me auto-iludindo dizendo coisas como "foi livramento meu", "quem perdeu foi ela", "já superei", "valeu a pena a experiência", "ela não é tudo isso", "ela deve estar infeliz também", "uma hora bate o arrependimento nela", "eu vou sair por cima", "o próximo cara que ela arrumar não vai ser tão bom quanto eu", "se ela não me quer tem quem queira, eu preciso me valorizar", etc pois eu sinto que nada disso é verdade (independente de realmente ser ou não) e se eu tentar me

forçar a acreditar que é só irei me sentir pior ainda. Eis aqui alguns fatos genuinamente verdadeiros quanto ao término:
1 - Ela exerce muito mais influência sobre mim do que eu sobre ela e sempre foi assim, nem se compara. Penso nela com muito mais frequência e intensidade do que ela em mim
2 - Ela não tinha nenhuma obrigação de ficar comigo, o errado sou unicamente eu em não saber lidar com ela ter ido embora
3 - Ela provavelmente não tentou me enganar quando fez tantas promessas no início, demonstrou tanto carinho, me deu tanta atenção, falava em construir um futuro junto e, de um modo geral, me induziu a me apaixonar por ela e ficar esperançoso pra um compromisso sério só pra depois começar a se distanciar de mim e terminar porque perdeu o interesse, começou a achar monótono, etc. Ela deve ter sido genuína nesse primeiro momento e realmente acreditava no que ela falava e fazia mas, por questões pessoais da mente dela, ela acabou involuntariamente perdendo esse interesse e deu no que deu; ela não controla como ela se sente e ela não é responsável sobre como eu me sinto, foi triste isso ter acontecido mas de modo algum eu posso culpa-la e dizer que ela quis me enganar
4 - Ela não vai se arrepender de nada e não vai quebrar a cara com nada, muito menos vai sentir saudades de mim. É tentador pensar essas coisas por elas mexerem com o desejo de vingança comum a todo ser humano mas elas não irão acontecer
5 - Estou sendo meio babaca em falar tanto sobre ela em meus textos de •••••••• pois mesmo eu deixando claro que ela não é a vilã da história o simples dela ser mencionada tantas vezes já será o bastante pra que haja repercussão negativa pra ela. Entretanto, eu preciso muito falar essas coisas pra alguém, não consigo deixar guardadas só comigo.
6 - Há muitos outros caras melhores do que eu em tudo que estão acessíveis a ela, talvez o cara em quem ela esteja interessada atualmente já seja um desses que me superam em tudo; eu fui só mais um e não fui o melhor - entretanto, não digo isso em um tom "conformado" (eu ODEIO essa ideia de que tem se conformar com as realidades ruins da vida), digo isso em um tom de desespero e neurose mesmo (que pra mim é menos pior do que ser conformado).
7 - Eu fui só mais um alguém passageiro na vida dela mas ela foi tudo pra mim.
8 - A vida dela é muito mais animada e interessante que a minha, que é vazia.
9 - Ela tem o futuro todo pela frente e provavelmente vai ter muito sucesso na vida (e não vai nem se lembrar de mim - se bem que ela provavelmente já não se lembra agora).
10 - Caso eu não me churrascasse eu provavelmente nunca iria supera-la por completo, anos se passariam e eu iria continuar sentindo as mesmas coisas em relação a ela.
11 - Ela era praticamente perfeita pra mim, tanto na aparência (antes de sequer conversar com ela pela primeira vez eu já via fotos dela por aí e pensava em como ela era uma das moças mais bonitas que já vi na vida) quanto no jeito de ser, impossível eu encontrar alguém tão boa quanto.
12 - O tempo não vai sarar as feridas, quanto mais o tempo passa mais eu afundo na tristeza e mais eu percebo que ela realmente era ideal pra mim e que o nosso relacionamento realmente não tinha nada que me desagradasse (minha mente não estava enviesada a ver o relacionamento como melhor do

que ele realmente era, aquele relacionamento realmente beirava a perfeição - pelo menos pra mim).

- Acabo de ver no meu feed uma imagem onde aparece uma compilação de fotos de mãos femininas abraçando os braços de seus respectivos namorados na região do bíceps, isso me deixa triste pois me lembrou da minha ex me abraçando assim também.

25/10/2023

- Hoje, dia 25 de outubro de 2023, é uma quarta feira e isso me preocupa porque nas últimas três ou quatro quarta feiras aconteceram coisas que foram gatilhos muito fortes de memórias relacionadas a ela. Não sei o motivo de ser logo na quarta, mas é o que vem acontecido.

- Hoje é dia 25 de outubro de 2023 e um amigo me marcou no comentário de uma publicação e lá eu me deparei com um comentário da minha ex. Era apenas um comentário de "KKKKKKKK" mas só de ver o perfil dela já fico triste

26/10/2023

- Ontem eu cheguei a elaborar vários pensamentos referentes ao que eu vou fazer mas acabei ficando com preguiça de escrevê-los aqui, isso me incomoda e me frustra pois eu quero deixar tudo registrado

- Cada dia que passa a minha situação fica cada vez mais ridícula e patética, eu tenho o corpo de um homem adulto mas a minha mente é igual a de uma garota adolescente: eu gosto de receber atenção o tempo inteiro e ao mesmo tempo também tenho receio de receber atenção; qualquer coisa positiva que me dizem já entra na minha mente e melhora o meu dia mas qualquer coisa negativa também tem um efeito igualmente intenso no sentido oposto; eu sou uma combinação de insegurança, instabilidade e carência extremas. Isso já é feio com eu sendo um homem adulto "semi-jovem" (no caso, já estou deixando de ser jovem e entrando em decadência), mas vai ser pior ainda quando eu estiver velho por completo, sinto vontade de arrancar minha pele e esmagar meus olhos só pela agonia em imaginar isso.

- Eu não suporto ficar sozinho "de verdade", sinto a necessidade de compartilhar literalmente tudo o que se passa comigo, eu não consigo aproveitar praticamente nenhuma experiência/vivência se eu não tiver ninguém pra contar ou pra estar ali comigo. Quem me conhece pessoalmente talvez ache estranho eu dizer isso já que eu sou muito quieto e calado, evito interagir muito com os outros e sou recluso, mas eu sou assim apenas porque pessoas da internet se mostram ótimos substitutos pra isso (na verdade, eles são melhores do que pessoas do convívio pessoal, o nível de afinidade é muito maior, nem se compara).

- Eu sinto, em um nível inconsciente, que as coisas só possuem graça se estiverem de alguma forma ligadas a um grande evento futuro, algo épico e climático, e que são completamente vazias em si. É realmente muito difícil tentar explicar isso em palavras, mas acho que um exemplo "bom" é o de quando ouço alguma música e gosto de estar ouvindo a música pois aquilo faz eu fantasiar com alguma situação futura que seja excitante e épica na minha perspectiva, e quando me dou conta de que aquela situação provavelmente não vai acontecer a música perde completamente a graça pra mim - ou seja, eu sou incapaz de apreciar a música em si; não só a música como qualquer coisa na vida, eu sempre tenho expectativas pra "algo mais", pra uma associação com algo maior, sempre enxergo as coisas com mais profundidade do que elas aparentemente possuem, tenho a crença de que tudo possui uma espécie de "alma" ou "espírito"...é realmente muito difícil por isso em palavras, tenho quase certeza que não irão entender por completo o que eu quis dizer, mas pelo menos tentei. É muito deprimente, pra mim, me dar conta de que não irei viver um evento épico-climático, de proporções magnânimas, não suporto saber que a vida é só essa mediocridade de cada dia mesmo e que a profundidade que eu enxergo em tudo é apenas ilusão...bom, pelo menos o meu •••••••• vai ser um substituto decente pra esse evento épico-climático e é algo dentro do meu alcance, isso me encoraja.

- Qualquer mulher de meia idade morena e de cabelo liso que vejo na rua já me lembra da mãe da minha ex e consequentemente me lembra da minha ex também, isso me deixa triste.

- Eu gostaria de ser um cabeludinho magrelo branquinho lisinho bonitinho de uns 18-20 anos porque assim pelo menos eu poderia "auto-romantizar" essas emoções e pensamentos que venho tendo, afinal de contas esse tipo de aparência combina com esse tipo de sentimento. Mas não, eu sou um homem velho de 24 anos, ficando calvo, cheio de marcas de impressão, peludo, acabado, mal-diagramado, corpo flácido, etc; até nisso eu saí errado, a minha existência é um erro.

- Diz-se muito que é preciso ter validação interna, que é preciso se amar, que é preciso não depender da aprovação alheia, que é preciso estar bem consigo mesmo estando sozinho, etc. Não vou dizer que isso é mentira e nem que é verdade pois eu sequer consigo imaginar como é, eu definitivamente não me encaixo nem um pouco nisso e sou extremamente dependente da aprovação e opinião alheia, não consigo fazer ou pensar nada se eu não souber que pelo menos algumas poucas pessoas concordam (de preferência pessoas que importem pra mim). A época em que eu namorei foi provavelmente o período da minha vida em que eu menos senti inseguranças, neuroses e vontade de receber atenção alheia pois receber essas coisas da minha ex já bastavam pra mim; eu, por exemplo, não me incomodava com o que qualquer mulher falava sobre as preferências dela em homens porque eu já sabia que pelo menos a minha ex eu agradava (ou pelo menos acreditava nisso) e isso era mais que o bastante, eu também não sentia tanta vontade de sair interagindo com todo mundo na internet e me preocupando com o alcance e visibilidade das minhas publicações pois receber a atenção da minha ex era muito melhor do que isso (eu gostava tanto de ter alguém com quem compartilhar tudo). Reconheço,

entretanto, que eu ter esse tipo de atitude pode ser desagradável para as pessoas ao meu redor, não ligo se faz mal pra mim mesmo mas fico com a consciência pesada ao saber que afeto outras pessoas negativamente; um exemplo envolvendo a minha ex é que eu queria ficar conversando com ela o dia todo e muitas vezes eu mandava mensagem só por mandar (horas repetidas, "eu te amo", fotos de aves, copia-cola de algum post que escrevi, etc - só coisas desnecessárias) e isso acabava virando flood e chateava ela; outro exemplo envolvendo minha ex é que eu desabafei sobre o término com algumas pessoas e acabei falando coisas que fizeram algumas dessas pessoas entender que ela (minha ex) era a "vilã" da história (e ela não é), aí essas pessoas passaram a ter uma visão negativa dela por culpa minha.

- Os pensamentos e emoções que estou vivenciando são algo definitivamente feminino, sei que há muitos outros homens em situação parecida à minha mas esses são homens femininos. O que mais me da desgosto é que eu tenho uma aparência de homem velho e acabado, porque isso não combina nem um pouco com esse tipo de sentimento e essa falta de harmonia só faz eu me sentir pior ainda.

- Eu gostava muito da ideia de só ter contato físico com uma única mulher na vida, se eu realmente for me churrascar estarei de certa forma cumprindo esse "sonho"...pelo menos isso.

- Lembro que passado um mês do término eu tentei criar uma conta do Tinder pra tentar pelo menos me distrair um pouco, desviar a atenção pra outras mulheres e tal; lembro que senti quase vontade de vomitar depois de alguns minutos olhando os perfis das moças que apareceram pois fiquei com muita repulsa da mera ideia de ter envolvimento com outra. Hoje em dia isso já amenizou um pouco e eu já consigo sentir algum interesse por outras moças (inclusive flertei por mensagem com algumas), mas geralmente é algo forçado da minha parte e não é a mesma coisa que eu sentia pela minha ex. Eu não quero ser assim, eu não acho bonito me sentir assim, eu realmente queria esquecer minha ex e sentir atração por outras mulheres normalmente; mas eu não controlo isso, é involuntário - e creio que eu me sentiria da mesma forma caso a minha ex fosse outra pessoa, porque o problema não é ela e sim a minha personalidade super-apegada; lembro que em 2022 eu tive um webnamoro (que eu não conto como namoro mas estou citando pra ilustrar o que eu estou falando) e depois que terminou eu fiquei apegado nela de tal modo que eu cheguei a me encontrar pessoalmente com uma menina que queria ficar comigo mas sequer encostei nels porque eu ainda estava pensando só na outra que eu sequer já tinha visto em pessoa (inclusive foi uma ótima oportunidade de perder o bv, mas eu só vim a perder mesmo com a minha ex e ela é a única mulher que eu já toquei na vida).

- Além de instável eu também sou muito impulsivo e só consigo pensar em curto prazo, eu gostaria de planejar um churrasco com mais calma e pra daqui mais tempo, de modo que eu pudesse me preparar pra fazer algo realmente simbólico e chamativo, mas eu sei que minhas emoções não permitiriam esperar tanto tempo pois elas estão flutuando toda hora.

27/10/2023

- Diz-se muito que é burrice acabar com a própria vida por conta de outra pessoa porque a outra pessoa vai só seguir a vida dela e você não deveria se importar tanto assim com outra pessoa, também diz-se muito que a própria ideia de acabar com sua vida é burrice pois pessoas que não gostam de você irão comemorar, ou que as pessoas ao seu redor futuramente irão te esquecer ou qualquer coisa assim. Acho isso irônico pois essa linha de pensamento parece se importar até mais com a opinião alheia do que a pessoa que está cometendo o auto-extermínio; afinal de contas, se forçar a ficar vivo, mesmo sofrendo, só pra não ser esquecido completamente e/ou pra não dar o "gostinho da vitória" a quem não gosta de você ou então porque ao se churrascar por conta de outra pessoa você estará simbolicamente dando a entender que ela "ganhou" (?) é basicamente colocar a opinião e sentimentos alheios antes do seu próprio bem-estar (no sentido de que tirar sua própria vida iria fazer com que o sofrimento parasse mas você não faz isso pois se importa demais com o que as pessoas irão pensar ou deixar de pensar após o ato).

- Ainda que eu não me churrasque nos próximos dois meses eu não pretendo ter mais ninguém pelo resto da minha vida. Eu gostaria de poder me interessar por outras mulheres mas eu só consigo gostar da minha ex, mesmo ela tendo terminado comigo e deixado claro que não sente mais nada por mim há muito tempo. Se por um acaso me aparecer uma mulher literalmente se oferecendo pra mim em algum momento futuro (isso é extremamente improvável, eu nunca fui de chamar a atenção do sexo oposto, mas caso aconteça...) eu talvez até tente alguma coisa, mas já tenho quase certeza que não vai dar certo pois eu só penso na minha ex. Sei que as chances de eu voltar com a minha ex são nulas, mas ao mesmo tempo também não consigo deixar de sentir coisas por ela e exclusivamente ela, então o jeito é ficar sozinho mesmo - mas se eu não me churrascar agora é quase certo que eu vou me churrascar antes dos 30, a ideia de chegar nessa idade é assustadora demais pra mim (a não ser que magicamente descubram uma cura pro envelhecimento bio-fisiológico até lá e ela esteja acessível pra mim, mas essa possibilidade chega a ser fantasiosa).

- Vi notificação de um amigo no whatsapp mandando uma mensagem que dizia "logo eles terminam" e eu tive um mini-ataque do coração pois pensei que ele tinha visto foto dela com outro e veio me contar. Felizmente ele estava falando de outra coisa, mas com certeza vai chegar o dia em que ela vai assumir outro cara e com certeza alguém fará o "favor" de me mostrar, quando esse dia chegar é certo que eu ficaria com uma vontade muito forte de realizar o ato no mesmo segundo.

- Minha vida nunca passou por nenhum evento dramático, até minha ex já passou pela morte do pai dela quando ela era criança mas eu nunca passei por nada - no máximo, houveram as decepções e desgostos que dei pros meus pais mas isso não chega a ser dramático, apenas patético e deprimente. Portanto, é de certa forma ridículo que eu tenha sentimentos tão profundos e

dramáticos sendo que nada de dramático e profundo me aconteceu (nenhuma doença grave, nenhuma morte, nenhum abuso, nenhum churrasco ou tentativa de churrasco...nem mesmo nenhum divórcio), também é ridículo que mesmo minha vida sendo tão tranquila e estruturada eu não tenha tirado proveito absolutamente nenhum disso por ser extremamente acomodado e passivo. Mas isso não vai continuar assim, se não há nenhum evento dramático em minha vida então EU farei questão de criar um; chega de monotonia e mediocridade, chega de ser só mais um, chega de não ter nada de mais pra contar, chega de ser vazio, se eu me sinto miserável por dentro irei fazer questão de criar motivos pra que eu seja miserável por fora também.

28/10/2023

- O grande problema com a questão da idade não é a passagem do tempo em si mas, sim, o envelhecimento bio-fisiológico. Se fosse possível chegar aos 40, 50, 60 ou até mais que isso tendo exatamente o mesmo corpo que aos 20 (digo isso não só na aparência externa mas em nível celular mesmo, no sentido dos próprios telômeros não se deteriorarem com o tempo), o mesmo eixo hormonal e até mesmo a mesma morfologia cerebral eu não veria absolutamente nenhum problema em chegar nessas idades; não só isso como também não veria problema em chegar nessas idades sendo acomodado, sem conquistas, etc pois ser fracassado tendo um corpo jovem e bonito é completamente aceitável pra mim, ser jovem e bonito (nem precisa ser exatamente bonito, sendo só jovem já basta) combina com tudo - inclusive, eu diria até que o fracasso de uma pessoa jovem e bonita chega ser romantizável. Em uma realidade ideal eu teria 20 anos eternamente (no sentido bio-fisiológico, não no sentido cronológico), seria bonito e me sentiria completamente bem vivendo atoa e acomodado, afinal de contas a ânsia por se ter realizações, conquistas e vivências significativas só existe em nossa realidade pois o nosso tempo de juventude é limitado. Talvez possa-se dizer que estou cego por padrões estéticos arbitrários e não consigo me desprender deles, talvez isso seja verdade mesmo; mas tanto faz, pra mim tudo é arbitrário, vou continuar preso a esses padrões e provavelmente tirar minha vida por eles, eu não quero me "libertar".

- Quando vejo areia ou brita no meio de uma rua eu lembro da rua da kitnet onde eu dormi quando fui visitar a família da minha ex no Rio (a mãe dela aluga kitnets), isso obviamente faz eu também me lembrar da minha ex e obviamente me deixa triste.

- Eu não sou ressentido com as mulheres, não sou ressentido com a minha familia e não sou ressentido nem mesmo a sociedade; o que realmente me causa ressentimento é a própria realidade em si. Eu não aceito como as coisas são, não aceito que o tempo passa, não aceito que as coisas são supérfluas e efêmeras e não aceito o envelhecimento bio-fisiológico; a primeira reação de muitas pessoas que se deparam com esse tipo de pensamento é dizer que você deve se conformar, que você deve crescer e amadurecer, que não

adianta ficar reclamando, etc mas eu rejeito e abomino totalmente essa mentalidade conformista. E daí que a realidade é assim e que supostamente todo mundo tem que lidar com ela? Eu me recuso a ser mais um que simplesmente aceita calado, não é porque "todo mundo" passa por esses problemas que eu preciso ser igual, eu escolho ser diferente. Dizem que "chorar, reclamar e se lamentar não vai resolver nada" mas isso é uma mentira pois pelo menos "chorar, reclamar e se lamentar" gera o alívio do desabafo e já faz o mínimo de expôr a existência do problema, já é muito melhor do que a decisão deprimente de simplesmente se conformar que "a vida é assim mesmo". E além de "chorar, reclamar e se lamentar" há várias outras coisas que você pode fazer, como por exemplo se churrascar (e é o que eu pretendo fazer); não entendo o que essas pessoas vêem de tão ruim em se churrascar, afinal de contas se "a vida é isso aí mesmo" e não há perspectiva de melhora, só decadência, então o mais sensato a se fazer é colocar um fim logo nesse sofrimento - por que eles insistem que os outros fiquem vivos e não se churrasquem? Pra que continuar vivo se eles próprios admitem que a vida "é isso aí mesmo"? Eles querem que eu sofra calado?

- Hoje, dia 28 de outubro de 2023, faz 9 meses que a minha ex veio aqui na minha cidade e nós nos vimos pela primeira vez, fico muito triste me lembrando disso.

- Eu, de novo, estou sentindo tanta falta da minha ex que não estou conseguindo nem me mexer direito, estou com zero ânimo. Já está caminhando pra quatro meses de término e eu só pioro cada dia mais, ou pelo menos não melhoro.

- Os sentimentos e pensamentos que expresso aqui não possuem teor ideológico, eu não defendo que outras pessoas pensem igual a mim (no que diz respeito aos temas aqui tratados) ou sequer acho que estou necessariamente correto (mas eu SINTO que estou, e é isso que realmente importa pra mim). Na verdade, meu posicionamentos e crenças reais são muitas vezes contrários aos posicionamentos e crenças que são produtos de minhas emoções; eu, por exemplo, racionalmente creio que toda essa preocupação com o envelhecimento bio-fisiológico é completamente vazia e supérflua, um exemplo ridículo de vaidade, e também creio que esse relacionamento que tive com a minha ex não foi tão especial assim, que ela não era perfeita, que eu não dependo dela e que há chance de eu encontrar alguém melhor durante a vida - entretanto, meu emocional me leva a pensar o oposto e eu simplesmente não consigo resistir a isso, o que realmente manda em mim são as minhas emoções e sempre foi e eu não vou mudar (elas mandam tanto em mim e eu sou tão preso nelas que eu acho que sequer desejo mudar); claro que eu sou capaz de teoricamente distinguir uma coisa da outra, possuo essa consciência, mas na prática mesmo eu sabendo que um pensamento é irracional eu ainda assim me rendo a ele. Achei interessante fazer essa distinção pois há pessoas com pensamentos parecidos aos meus mas os encaram como ideologia (pessoas que pregam a romantização de uma morte dramática como um valor universal, que pregam a desvalorização da vida humana pra todos, que pregam pregam a valorização da beleza e da estética, que pregam o heroismo, que pregam a morte prematura, etc); eu não

necessariamente discordo de todas essas coisas mas não estou interessado em vê-las de um ponto de vista ideológico, o que me interessa sou eu próprio e minha própria vida, o que eu falo e pretendo fazer são meios de auto-afirmação da minha própria pessoa perante a existência e não uma espécie de luta ideológica (ou talvez sejam, mas de forma secundária, o foco principal está e sempre esteve no EU).

29/10/2023

- Se o Anticristo chegar ao poder e implantar seu sistema global e uma das características desse sistema fosse oferecer aos seus cidadãos a oportunidade de, por meio de alguma tecnologia/tratamento do futuro, curar e reverter o envelhecimento bio-fisiológico e te transformar em um jovem bonito, atlético, com o rosto magro, pele lisa e macia e sem qualquer sinais de calvície eu iria me juntar ao Anticristo na mesma hora. Não que eu ache essa decisão certa ou sequer racional, mas a ânsia por obter isso seria tanta que eu iria escolher isso sem pensar duas vezes.

- Sempre que as meninas falam que gostam de nerdzinho tímido cabaço elas estão se referindo a uns caras brancos, novos, magros, com cabelo cheio, pele boa, cara de "lolzeiro", etc; nunca é um cara que tenha uma aparência igual a do PH Santos (gordo, pardo escuro e barbudinho calvo - mas pode ser branco também, o principal é não ter uma aparência jovial), esses aí são fetichizados apenas por homossexuais. Fico muito indignado com isso.

- Poucas coisas me causam tanta repulsa quanto o discurso de que se deve ter auto-validação, de que é preciso se amar, de que é preciso estar bem consigo mesmo estando sozinho, de que não pode depender da validação alheia, etc. Ainda que seja possível ter essa mentalidade eu faço questão de não tê-la, eu não quero me sentir bem estando sozinho e acho essa ideia deprimente, se for pra escolher entre ficar sozinho e amargurado por conta da solidão ou ficar sozinho mas conformado com a solidão eu escolho a primeira opção; eu QUERO me sentir miserável, triste, carente e angustiado caso a alternativa a isso seja sentir-se indiferente e conformado com uma realidade ruim (ou mesmo "gostar" dessa realidade, o que é pior ainda).

- Se eu realmente levar em frente meu plano de sofrer uma morte violenta e dramática e eu conseguir gravar o momento eu vou querer é que circulem bastante na internet mesmo, de preferência estampem meu rosto junto e acabe virando meme (igual, por exemplo, aquele vídeo do Ronnie McNutt estourando a própria cabeça em live ou o gore daquelas moças no mangue). Não só isso mas também exponham junto minhas motivações e as ideias que eu deixei registradas. "Ain mas tem que respeitar a imagem do morto" Comigo não, sai fora, eu já vou estar morto mesmo e não vou nem poder nem gozar de uma mini-fama póstuma? Respeita a morte dos outros, a minha eu vou querer que banalizem ao máximo (muito melhor do que simplesmente ser esquecido de uma vez).

- Amanhã eu tenho uma prova de química orgânica pra fazer, é a primeira desse período mas já é a quinta vez que estou fazendo essa matéria e novamente não estudei pois fiquei procrastinando, já estou cansado de ver isso se repetindo tantas vezes. Eu já tratei anteriormente da minha falta de disposição pra fazer qualquer atividade mental mas ainda não entrei nos detalhes de como isso destruiu minha vida acadêmica e possivelmente destruiu todo o meu potencial futuro, depois eu falo mais sobre.

- Estou chegando ao ponto de sentir pânico só de me deparar com qualquer coisa referente à minha ex (memórias, gatilhos, fotos, mensagens, o perfil e até mesmo o nome dela). Não chega a ser nem tristeza mais, é pânico mesmo, meu coração dispara. Eu to morrendo de saudades dela e não aguento mais, eu gosto tanto dela - não queria gostar, eu sei que acabou e que não era pra dar certo, mas o meu sentimento persiste e só se tornou mais forte com o tempo.

- Eu ainda gosto muito da minha ex e me sinto muito atraído por ela, até hoje eu nao superei e gostaria muito que ela tivesse continuado comigo. Não quero mais ninguém, só quero a minha ex, não estou conseguindo viver sem os pequenos momentos que ela me proporcionava e a saudade só aumenta (junto ao desespero e à amargura de saber que acabou tudo). Obviamente ela não sente o mesmo por mim, então vou simplesmente ficar sozinho mesmo.

30/10/2023

- Muito diz-se "eu já vi tal cara feio pegando mulher" e ouvir isso nunca me contentou pois eu também já vi "caras feios pegando mulher" (as vezes até mais feios que o cara que a pessoa ta usando de exemplo) mas a questão é: você já viu algum deles sendo PEGO por mulher? Há uma diferença sutil aqui mas que pra mim muda tudo, pois uma coisa é o homem tomar a iniciativa de ir atrás da mulher e se esforçar pra atraí-la de alguma forma, outra coisa é o homem atrair a mulher passivamente, gerando interesse nela por simplesmente estar ali existindo ao ponto dela própria fazer questão de ir atrás dele e se aproximar dele simplesmente porque acha ele atraente e o deseja genuinamente; esse último tipo de situação (e seus derivados) eu realmente nunca vi um feio vivenciar (exceto quando não é genuíno e a mulher vai atrás dele por ter interesse em algum benefício que ele possa oferecer, não por ela sentir atração), só homens que se encaixam nas preferências estéticas femininas mais comuns.

- Optei por não fazer a prova, vou deixar pra fazê-la no final do semestre. Eu já tentei isso antes em outros semestres e não deu certo, mas que escolha eu tenho agora? Se eu for fazer a prova assim mesmo irei praticamente zera-la já que não estudei (ou literalmente mesmo). Nada mudou, eu continuo tendo os mesmos problemas que antes mas agora está ainda pior pois eu também já estou colhendo os frutos do meu comportamento problemático lá atrás. Irei mentir para os meus pais que fiz a prova e isso irá me doer muito na consciência, eu não gosto de mentir e já menti tantas vezes pra eles. Estou

indo pra faculdade como se estivesse indo fazer a prova mas chegando lá não entrarei na sala e só aguardarei o tempo passar; acho que vou aproveitar esse tempo pra adiantar algumas coisas referentes ao diário e talvez limpar um pouco a memória do meu celular.

- Não sei se já disse isso aqui, mas o envelhecimento alheio não me incomoda, apenas o meu próprio. Eu não sinto repulsa ou mesmo pena de pessoas muito mais velhas, sou indiferente quanto a isso. O meu próprio envelhecimento, entretanto, me causa pânico, angústia e pretendo por um fim prematuro nele.

- Minha ex terminou comigo dia 12 de julho de 2023 e eu me lembro que dia 10 de julho de 2023 eu vi ela compartilhando no Facebook um print onde alguém dizia algo tipo "Como será que casais lésbicos se formam se mulher não puxa assunto?" e a legenda da minha ex era "Mulher não puxa assunto? Tenho uma péssima notícia pra dar kkkkkkkkk" (dando a entender que mulher puxa assunto, sim, mas somente quando ela tem interesse; e se nenhuma mulher puxa assunto com você então nenhuma mulher se interessa por você); nos comentários ela reforçou essa ideia ainda mais dizendo que ela é boa pra puxar assunto quando ela está interessada. Nessa época ela ainda estava compromissada comigo e eu fiquei muito mal em ver aquilo pois já estava agindo de modo muito frio e distante em relação a mim, então ela dizer aquilo foi quase uma admissão de que ela não se interessava mais em mim (e de fato não se interessava mesmo) e talvez até de que ela já estivesse interessada em outro (não sei se já estava naquele momento, mas pouco mais de um mês depois do término ela postou que já estava gostando de outro - isso foi dia 24 de agosto de 2023, eu não fiquei acompanhando o perfil dela e inclusive já o havia bloqueado quando ela postou isso mas, algum tempo depois, alguém printou e me mostrou); na época eu até disse que queria fazer uma call pra conversar com ela sobre algumas coisas que estavam me incomodando e ela concordou, mas um dia depois ela só terminou de uma vez e eu achei melhor apenas aceitar e não tocar no assunto. Passadas algumas semanas eu resolvo entrar em contato com ela pra poder pelo menos esclarecer algumas coisas e eu o fiz no dia 7 de agosto de 2023, quando perguntei a ela sobre essa postagem em específico (também perguntei sobre várias outras) ela respondeu que acha que postou aquilo como uma espécie de indireta pra ver se eu começava a tomar iniciativa e me tornava alguém menos monótono e mais interessante pra ela (ela disse "acha" pois ela conta que naqueles dias ela estava se sentindo muito alterada e por isso não lembra direito), mas negou já estar interessada em outra pessoa naquele momento. O que ela falou foi uma grande verdade, realmente quando a mulher tem interesse ela toma a iniciativa de se aproximar do cara e se abrir pra ele e foi exatamente isso que ela fez quando começamos a namorar; é exatamente por isso que eu não me contento em ouvir histórias de "caras feios que pegam mulher" porque se empenharam nisso, se é preciso se esforçar pra tentar fazer uma mulher criar interesse então eu não quero, pra mim é a mesma coisa que nada, o que eu realmente queria é gerar atração passiva e tudo que fuja disso não só não me agrada como de certa forma me da até desgosto - e, sim, eu pude ter isso com a minha ex, mas foi coisa que acontece uma vez na vida pra nunca mais acontecer, foi pura sorte e não conto com isso se repetindo (ainda que eu estivesse aberto a me relacionar com outras mulheres - e eu creio que não

estou, pois ainda sinto muita falta da minha ex - isso provavelmente não iria ocorrer pois muito dificilmente eu encontraria que estivesse genuinamente interessada igual a minha ex estava e se dispusesse a tomar a iniciativa de se abrir pra mim - não que eu queira que a mulher tome todas as iniciativas, mas as primeiras iniciativas precisam ser do sexo feminino).

- Fico com muita inveja e ressentimento quando vejo esses casos de mulheres possessivas e obcecadas que agridem o parceiro ou fazem coisa parecida (as vezes nem é o parceiro mas sim apenas um cara em quem elas sintam interesse, melhor ainda quando é assim) pois eu gostaria de estar no lugar dos caras, deve ser muito bom ter alguém do sexo oposto que te dê tanta atenção assim ao ponto de ficar mentalmente afetada (não é atoa que o fetiche "yandere" existe) - entretanto a chance de um cara que não se encaixa nos padrões de preferência feminina ser "agraciado" com algo assim é pequena, geralmente os que tem mais chance são caras novinhos, branquinhos, cabeludinhos, lisinhos, com cara de adolescente, etc. A minha ex dizia que ela era obsessiva e eu gostava muito disso, fez eu me apaixonar mais ainda, entretanto com o tempo ela acabou se mostrando bem fria e indiferente (talvez ela seja obsessiva com outro, entretanto, com o novo interesse amoroso dela que aparentemente é um novinho lisinho - não sei quem é mas presumo que a aparência dele seja assim e que ela olhe pra ele com gosto e fique pensando em como ele é melhor que um "balzaco" acabado como eu). Tudo bem, se não tem uma "yandere" pra atentar contra a minha integridade física eu mesmo vou atentar contra ela.

- "Chegar em mulher" não faz sentido pra mim porque eu só me interesso de verdade pelas que já demonstraram algum possível interesse em mim, as outras podem até atrair o meu olhar mas se eu souber que não sentem nada por mim eu também não consigo sentir nada genuíno por elas. Sim, minha ex não tem interesse em mim, mas no passado ela tinha e é justamente isso que me doi tanto e me provoca saudades - o que me faz falta é justamente esse afeto e essa atenção que ela me dava, não a pessoa dela (tanto que em nenhum momento eu quis insistir pra ela continuar comigo, pois eu já sabia que ela não me quer mais).

- É verdade que as mulheres não me devem atenção e afeto (ninguém deve isso a ninguém), mas mesmo se devessem isso não iria ajudar minha situação em nada pois o que eu desejo é algo genuíno e se alguém te da atenção e afeto por dever então aquilo deixa de ser genuíno. Por isso eu digo que não sou ressentido com as mulheres ou com a sociedade mas sim com a própria realidade.

- Eu estava lendo sobre o caso daquela Yuka Takaoka, aquela moça japonesa que esfaqueou um rapaz no qual ela tinha interesse após ficar com ciúmes dele conversar com outras moças, e eu reparei que o rapaz em questão é muito bonito (ele é novo, tinha 20 anos na época do acontecimento sendo que ela já tinha 21, é branquinho, lisinho, rosto jovial, pele impecável, magrinho, etc). Será que se o rapaz tivesse a aparência do youtuber cinéfilo PH Santos ela iria se obcecar com ele da mesma forma (não necessariamente ela, até porque seria estranho um cara com essa aparência no Japão, digo uma moça análoga

à ela)? Óbvio que não, ela ficaria completamente indiferente ou talvez até sentisse repulsa. Na época que isso aconteceu a Yuka virou meme por ter se mostrado uma "yandere da vida real" e vários homens começaram a fetichiza-la na internet, mas praticamente ninguém parou pra pensar em como é o perfil de aparência física do rapaz pelo qual ela se tornou obcecada (e é ridículo que muitos dos homens que a fetichizaram são homens com sobrepeso, marcas de expressão, calvície, com mais de vinte e poucos, peludos, etc - ou seja, homens nos quais ela nunca daria uma facada pois não geram interesse nela pois ela só se interessa pelos novinhos branquinhos lisinhos cabeludinhos).

- Não gosto de onanismo pois não substitui o toque dela e só me deixa ainda mais frustrado, por isso cessei a prática completamente.

- As vezes fico com a sensação de que o meu namoro foi só um delírio meu que acabou se prolongando um pouco. Foi um momento muito único pra mim e muito feliz também, do tipo "bom demais pra ser verdade", não parecia real de tão bom e tão mágico que era (pelo menos na minha perspectiva).

- Apesar de tudo, me sinto bem em admitir pra mim mesmo que estou sofrendo e me sentindo miserável e também em admitir a real natureza dos problemas que me afligem (sem tentar mascara-los com outra coisa menos patética/ridícula/vergonhosa). Tentar me convencer de que eu não estou tão mal assim é desgastante e estressante, então só torna o sofrimento pior ainda.

- Mais uma vez um vim para a faculdade, simplesmente esperei o tempo passar e depois fui embora. Eu me sinto tão miserável com isso, a vontade é de me auto-exterminar agora mesmo.

- Eu tenho medo de envelhecer e eu sinto falta da minha ex, todas as possíveis motivações para o meu auto-extermínio estão contidas nessas duas afirmações. O receio do envelhecimento (a decadência material de uma forma geral, mas com ênfase no envelhecimento bio-fisiológico) é algo que já está enraizado na minha alma faz anos e é o que fez eu pensar no auto-extermínio pela primeira vez, só que de um ponto de vista impessoal e teórico (ou seja, colocando-o como uma possibilidade pro futuro distante, não para o agora); já os meus sentimentos pela minha ex são o que me afligem no aqui e agora e o que serviu de catalisador para que os medos, neuroses e inseguranças referentes ao primeiro motivo acordassem e tomassem conta do meu ser. Ambos estão atuando em perfeita harmonia pra me causar sofrimento e muitas vezes chega a ser impossível distinguir qual pensamento ruim tem origem no medo do envelhecimento ou na saudade que sinto da minha ex.

- Qualquer gatilho (pode ser até uma palavra, um som ou um sabor) que me lembre do final do ano passado já faz eu me sentir mal pois começo a lembrar eram as coisas quando eu estava prestes a conhecer minha ex (fico angustiado em perceber que provavelmente não vai se repetir, que hoje em dia não tem nada esperando por mim). Qualquer gatilho que me lembre do início desse ano faz eu me sentir pior ainda, pois me lembra de quando eu e ela estávamos apaixonados um pelo outro.

- Eu não aguento mais estar sem a minha ex, é desesperador.

- Estar sem a minha ex se mostra um pesadelo sem fim pra mim, entre e sai mês mas a dor nunca vai embora - pelo contrário, só piora. Acho que ela é insubstituível pra mim.

- Ontem, dia 29 de outubro de 2023, eu decidi colocar esses meus desabafos no formato de um diário e os transferi para o Evernote, creio que ficarão melhor organizados aqui já que estarão separados por dia. Penso em colocar uns pensamentos mais íntimos e pessoais (ainda mais do que os que já estou expondo no FB) por aqui e que talvez não tenham tanto a ver, diretamente, com o meu auto-extermínio; entretanto, tomarei cuidado pra não registrar qualquer pensamento desconexo só por registrar (exemplo: "hoje fez frio"), devo me ater ao tema principal (mas ao mesmo tempo há certas coisas pequenas do meu dia-a-dia que estão ligadas a essa aflição que sinto, então as registrarei).

- Tenho de começar a fazer planos referentes à parte técnica do meu ato: onde irei fazer, como chegarei lá, como irei fazer, como irei filmar, quem irá divulgar após eu ter ido dessa pra melhor, como e onde meus textos e pensamentos ficarão expostos, como pretendo atrair atenção pra mim e pro ocorrido, se na hora irei tentar usar algum narcótico pra alterar meu estado de consciência e me dar coragem, onde irei arranjar isso, onde irei arranjar as coisas necessárias para causar minha morte (estou pensando em ser decapitado por uma máquina de serrar madeira, etc).

- Me sinto constantemente atordoado, desorientado e impotente, sempre fui assim mas em momentos de sofrimento psicológico chega a um ponto em que eu fico praticamente inerte, incapaz de fazer até as coisas mais básicas sem passar por um forte desconforto (e hoje em dia isso está pior do que nunca). As pouquíssimas coisas que eu já consegui em algum momento podem ser todas resumidas a sorte (acaso e privilégios), nunca conquistei nada por conta própria. Acho até impressionante eu estar conseguindo pelo menos focar minha mente no churrasco, pois geralmente eu veria isso como trabalhoso demais e desistiria em pouco tempo. O meu cérebro definitivamente não é apto pra encarar a vida, eu vejo muitas pessoas relatando que passam pelo mesmo que eu (no sentido de sentirem-se desorientadas e impotentes) mas na prática elas vivem vidas minimamente funcionais e ajustadas enquanto eu vivo basicamente uma vida que é 100% inutilidade, acomodamento e faz de conta (explico mais sobre isso do "faz de conta" depois, não é uma expressão que eu usei atoa); pras essas pessoas talvez haja solução mas pra mim não há pois não tenho nem o mínimo do mínimo, meu cérebro é defeituoso e por isso eu idealmente não deveria nem estar vivo (mas eu vou solucionar isso).

- Sempre vivenciei sensações negativas no decorrer da vida mas até recentemente eu conseguia me distrair delas por diversos meios, seja por distrações externas ou simplesmente voltando o foco dos meus pensamentos pra outros assuntos; entretanto, desde o término com a minha ex isso não tem sido mais possível (até foi nas primeiras semanas mas com o passar do tempo piorou tudo ao invés de melhorar), é horrível eu simplesmente não ter pra onde

correr e ter que ficar aguentando aqueles sentimentos horríveis (que chegam a gerar dor física), sem saber quando vai acabar ou mesmo se não vai piorar (e essa incerteza me provoca uma vontade de meu auto-exterminar na mesma hora, só pra fazer a dor parar). Eu não sei o que fazer, estou refém dessas emoções negativas e só me resta esperar e torcer pra que não me machuquem tanto (enquanto isso, vou negligenciando todas as outras coisas já negligenciadas na minha vida e só me complicando ainda mais, pois além de me causar sofrimento essas sensações também me deixam inerte e incapacitado - mais ainda do que já sou).

- Realmente não aguento mais estar sem a minha ex, as vezes sou tomado por uma sensação repentina de que é absolutamente intolerável e inadmissível eu estar sem a minha ex e portanto eu deveria por um fim na minha vida naquele mesmo momento pra acabar com esse sentimento insuportável.

- Pra maioria das pessoas a decadência bio-fisiológica começa após a faixa de idade que em inglês chamam de "mid-twenties" (24, 25 e 26), eu não quero passar por isso ou pelo menos quero viver o mínimo possível disso portanto irei me churrascar.

- Na melhor das hipóteses eu irei viver mais uns 5 ou 6 anos e então finalmente me churrascar, mas pra isso acontecer as coisas terão de começar a dar muito certo já agora, de modo que eu ganhe ânimo pra fazer tudo o que eu quero nesse tempo que me resta e ainda possa preparar algo bem grandioso pra marcar a minha partida dessa vida. Entretanto, não tenho muita esperança que isso aconteça pois se até hoje tendo todo o apoio, sorte e potencial que eu tive eu ainda não fiz nada minimamente grandioso na vida acho difícil ser agora que as coisas mudem...mas quem sabe não mudem? Não descarto essa possibilidade completamente, não estou 100% determinado a me churrascar ainda nesse ano (apesar de ser bem possível que eu o faça) - mas estou 100% determinado a me churrascar antes que a idade comece a me deteriorar muito.

- Fato difícil de aceitar: se a sua aparência não for boa com vinte e poucos não há pra onde correr pois a tendência é só piorar daí pra frente (ou, na melhor das hipóteses, conservar o que você já tem durante algum tempo; mas melhorar é fora de questão pois o apogeu físico do ser humano está na faixa dos 18 aos 25). Claro que pessoas que tinham a aparência mal-cuidada com vinte e poucos (um obeso, por exemplo) podem melhorar após isso, mas tirando esses casos só há decadência (e até mesmo esses casos se encaixam nisso, pois se a pessoa melhorou a aparência, por exemplo, com 30 porque começou a se cuidar isso não muda que a aparência dela seria melhor ainda caso ela tivesse 20 e fosse bem cuidada). Eu tenho especificamente o sexo masculino em mente quando falo disso, não que não ocorra com mulheres também mas não me importo tanto com a aparência feminina e com o processo de envelhecimento na perspectiva delas pois eu não sou uma mulher; muitos pensam que o homem comum envelhece como vinho e que o auge da beleza masculina é nos 30, 35 ou até 40 anos mas isso não tem base alguma na realidade, a maioria dos homens já começam a se deteriorar com vinte e tantos, começam a ficar com marcas de expressão, começam a aparecer gorduras localizadas, começam a perder cabelo, a produção de testosterona

começa aos poucos a diminuir, o metabolismo começa a desacelerar, etc - claro que é possível amenizar isso bastante caso você se cuide do jeito certo ou até mesmo neutralizar tal processo completamente por alguns anos, mas não da pra fugir da idade pra sempre; e também é claro que algumas pessoas só começam a envelhecer mais tarde, mas são exceções. Eu já estou começando a passar por esse processo e isso me causa muita agonia (agonia essa que é ainda mais agravada pelo estado atrasado da minha vida em geral - mas ainda que tudo estivesse em ordem continuaria me incomodando), por enquanto ainda da pra aceitar e tolerar os pequenos indícios de envelhecimento bio-fisiológico que me afligem mas a partir do momento em que eles se intensificarem (por volta dos 30, provavelmente) a situação ficará insuportável e por isso pretendo me churrascar antes de chegar a esse ponto (felizmente já não tenho nada a perder mesmo).

- Creio que tanto a saudade que sinto da minha ex quanto o medo de envelhecer possuem a mesma raíz: aversão à decadência. Ambos consistem em um sentimento negativo quanto a ideia de algo estar bom (estar namorando e estar jovem) e eventualmente deixar de ser bom (ser deixado pela namorada e perder a juventude). Entender isso não diminui meu desejo pelo churrasco, muito pelo contrário.

- Eu não fantasio nenhum tipo de situação que envolva eu "dando a volta por cima" em relação à minha ex porque eu sinto que isso é impossível, ela definitivamente está melhor do que eu em todas as áreas e não tenho nenhuma perspectiva e muito menos disposição pra fazer qualquer coisa que mude isso (pelo menos não com o intuito de "ser melhor" do que ela). Também não desejo e nem fantasio nada de ruim ocorrendo com ela, nem tanto por razões éticas e morais mas porque eu simplesmente me sentiria extremamente patético imaginando coisas assim (ainda mais sabendo que elas provavelmente não irão acontecer na realidade, o que só aumenta ainda mais a minha sensação de impotência). É isso, se em algum momento houve algum tipo de "disputa" entre eu e ela está bem claro que ela venceu em definitivo e que eu estou completamente destruído, não adianta eu tentar pensar em "dar a volta por cima" pois não tem como isso acontecer, a minha derrota é total - o máximo que eu posso fazer é tentar aos poucos esquecer ela (sem querer descontar mágoas, ressentimentos, etc) mas eu já tento isso e não da certo, a minha situação é definitivamente uma de fundo do poço.

31/10/2023

- O sentimento de inferioridade e impotência que sinto em relação à minha ex eu também sinto em relação a todo o sexo feminino em menor grau. Não que eu acredite que o sexo masculino como um todo esteja abaixo do feminino (tá mais pro contrário), mas que eu em específico esteja (e talvez alguns outros homens, mas especialmente esse que vos fala). Eu não consigo me imaginar tendo uma vida boa e interessante estando sozinho, não consigo me imaginar estando melhor do que elas, não consigo olhar pra elas e de certa forma não inveja-las um pouco (eu não gostaria de ser uma mulher, de modo algum, mas

eu gostaria de receber a atenção e empatia gratuita que elas recebem, as "passadas de pano", etc). Além disso, eu também não consigo realmente sentir ódio de nenhuma mulher e nem desejar nada de ruim a elas pois eu fico com o sentimento de que a própria realidade está do lado delas e que se eu desejar mal a elas quem irá se dar mal sou eu (ou no mínimo não irá acontecer nada com elas e eu ficarei frustrado com isso, pois evidenciará mais ainda a minha impotência). Muitos poderão dizer que é justamente por conta dessa mentalidade que eu não atraio mulheres (afinal de contas, as mulheres supostamente buscam alguém forte, confiante, alguém que elas admirem e vejam como superior, etc), talvez seja verdade mesmo mas tanto faz, não tenho mais nenhuma disposição pra ir atrás de mulher e nem perspectiva de voltar a me envolver com outra então nem faz diferença.

- Acho insuportável a ideia de guardar só pra mim essas coisas que estou sentindo, delas terem sido totalmente em vão e eu ser o único que irá me lembrar delas (ainda que diminuam em intensidade); por isso, estou expressando tudo. Já disse isso mais do que algumas vezes mas volto a dizer pois creio que é fundamental deixar isso claro.

- Semana passada eu postei, meio brincando, que "sou borderline" e aparentemente a maioria que comentou levou a sério. Obviamente eu não sou borderline, possivelmente eu tenho algum outro transtorno mas, sinceramente, não me preocupo em saber qual é e muito menos quero trata-lo; afinal de contas, se eu me tratar eu provavelmente irei desistir do churrasco e eu não quero desistir, eu não quero envelhecer e eu não quero continuar a viver uma vida medíocre mesmo que seja uma vida com um menor grau de aflições - sim, coloco o churrasco em contraposição à mediocridade, pois apesar do estigma de que o auto-extermínio é coisa de gente fraca a verdade é que é preciso ser muito forte e determinado pra realiza-lo; o mero fato de alguém por um fim à própria vida já torna aquela pessoa excepcional pois a grande maioria da população nunca fará algo assim, somos programados pra estar vivos e nos agarrar à vida (e eu pretendo que o meu auto-extermínio seja ainda mais excepcional que isso, por isso já estou me planejando desde já - de certa forma, vejo-o como um objetivo de vida, uma obra de arte, então qualquer transtorno que me induza a ele é muito bem vinda, pois é algo que eu já almejo naturalmente).

- Quarta-feira passada eu disse que estava com medo pois em todas as últimas quartas-feiras havia ocorrido alguma coisa que me lembrou fortemente da minha ex e me deixou extremamente mal. Eu me esqueci de registrar mas aquela quarta não foi diferente pois me enviaram um print da minha ex dizendo que sonhou com "pegação lésbica"...pra falar a verdade não me abalou tanto, eu nem sei o que pensar daquilo se é pra ser sincero (mas só o fato de envolver a pessoa dela já me afetou um pouco).

- Uma das minhas contradições que mais me gerou sofrimento e me sabotou no decorrer da vida é a contradição entre estar ansioso por não estar fazendo alguma coisa e faltar disposição na hora de fazer tal coisa (de modo que eu nunca tenha paz, esteja constantemente em aflição); isso está se manifestando

de forma bem clara quando enquanto escrevo esses desabafos e pensamentos pois eu estou constantemente sob a sensação de que há algo muito importante para eu deixar registrado mas ao mesmo tempo sinto uma falta de disposição incapacitante quando tento organizar os pensamentos para coloca-los em palavras, e isso me gera uma agonia pois fico pensando que nunca conseguirei expressar tudo o que eu quero e minha morte vai ter sido parcialmente em vão (aliás, é justamente por isso que escolhi escrever dessa forma desconexa, com um parágrafo tratando de um assunto independente do outro; se fosse pra escrever de forma concisa e contínua eu provavelmente iria desistir ou estaria muito estagnado pois me faltaria disposição e foco).

- O dia em que a ideia do churrasco surgiu na minha mente de forma definitiva e concreta foi 19 de outubro de 2023 e isso foi exatamente dois meses após o aniversário da minha ex.

- Sinto uma tristeza muito profunda quando penso em como minha família irá se afetar com essa minha decisão, tanto que quase não os menciono aqui pois é um assunto que me gera agonia só de lembrar; certamente estará sendo uma ingratidão imensa da minha parte. Por outro lado, eu deveria ficar vivo só por causa deles? Se eu tivesse filhos aí, sim, realmente o certo com certeza seria ficar vivo só por conta deles, mas eu não tenho filhos e ninguém que dependa de mim (pelo contrário, sou eu que dependo dos outros)...

- Irrito-me em imaginar que se o meu churrasco realmente ocorrer e "viralizar" a maioria das pessoas provavelmente não vai entender nada das coisas que eu deixei registradas, então vai ser como se eu as tivesse escrito em vão; por outro lado, haverá alguns poucos que compreenderão e acho que isso já faz valer a pena. Não estou querendo dizer que eu possuo algum nível intelectual elevado e que o "o povão medíocre" será incapaz de entender, a real questão é que eu sou bem medíocre e minhas palavras e ideias não são difíceis de entender mas a maioria das pessoas é tão desprovida da capacidade de entender nuances e compreender novas perspectivas que não conseguirão entender nada (e muitas vezes nem querem entender) - não sou eu que sou inteligente, são as pessoas que são muito b**ras (digo "b**ras" nesse sentido de interpretar texto, pois pras outras coisas elas são provavelmente muito mais inteligentes e capacitadas do que eu). Já estou até imaginando comentários tipo "que gado, se matou por causa de muié kkkkk era só sair de casa e procurar outra", comentários esses que até são engraçados se a pessoa comenta apenas pra zoar e avacalhar, mas quando se trata de uma conclusão real tirada pelo indivíduo significa que ele não entendeu nada do que eu escrevi e não compreendeu quais eram os problemas específicos que me afligiam (isso é uma pena pois eu sinto que há muitos outros rapazes que sentem e pensam coisas parecidas comigo e eu gostaria de dar uma voz a eles também).

- Depois de pensar bastante sobre o assunto cheguei na conclusão de que a minha cognição pode, provavelmente, ser dividida em três faces: a face da razão, a face da vontade e a face da emoção. A dialética entre razão e emoção é uma das coisas mais antigas e clichês da existência humana, portanto creio que praticamente todo mundo sabe defini-las em algum grau: a razão se refere a aquilo que eu reconheço como fato imparcial e a conclusões tiradas com

base no raciocínio lógico, já a emoção se refere a como me sinto subjetivamente em relação às coisas da existência - esse terceiro aspecto que eu chamo de "vontade", entretanto, parece ser completamente ignorado; e ela se trata de uma espécie de meta-cognição, uma emoção de grau mais elevado e apolíneo. É praticamente impossível expressar esse meu pensamento apenas com explicações então darei quatro exemplos pra ilustrar (dois exemplos referentes aos meus planos, afinal de contas é em torno deles que tudo aqui gira, e mais dois exemplos um pouco mais rudimentares): eu, emocionalmente, ainda gosto da minha ex e sinto muita saudade dela, entretanto reconheço racionalmente que não vale a pena deseja-la e que seria bom se eu simplesmente a esquecesse, mas o grande problema é que eu não consigo desejar deixar de gostar da minha ex, eu não consigo conceber simplesmente mudar meus sentimentos e é justamente disso que a "Vontade" que se trata (é uma espécie de apego intelectual, de crença em um ideal que não necessariamente faz sentido lógico, é gostar de gostar); um segundo exemplo é o meu churrasco, eu sei racionalmente que não vale a pena fazer isso e que minhas aflições e preocupações são bobagens supérfluas, e além disso até pouco tempo atrás eu não vivenciava emoções negativas que me induzissem ao churrasco, mas mesmo assim lá no fundo eu ainda tinha um desejo de que minha vida acabasse cedo por involuntariamente crer que não valeria a pena continuar vivendo devido a determinadas razões, ainda que tanto minha parte racional quanto a emocional apontassem pra direção oposta (é por isso que eu disse hoje mais cedo que um transtorno que me induza ao churrasco é muito bem vindo, pois o churrasco é algo que eu já idealizava há muitos anos, contrário a toda razão e emoção que eu vivenciava); outro exemplo seria uma situação hipotética onde eu estou sentindo fome e me são apresentadas a opção de comer e a de fazer a fome simplesmente sumir sem que eu coma nada (e sem haver qualquer prejuízo pra minha saúde), pra face da emoção tanto faz uma ou outra já que ambas irão fazer o desejo cessar e pra face da razão faria mais sentido escolher a segunda opção (por motivos práticos, como não ter que se preocupar em voltar a comer depois), entretanto a Vontade me levaria a escolher a opção de comer pra matar a fome pois a mesma entende que o processo de sentir fome e satisfazer a fome é algo desejável (mesmo que não faça nenhum sentido); um último exemplo seria o de estudar, trabalhar e ser útil e produtivo de forma geral, pois eu reconheço essas coisas como benéficas no sentido prático (ou seja, uma constatação racional) e a minha Vontade olha pra elas como um caminho bom a ser seguido, entretanto a face da emoção se mostra uma pedra no meu caminho pois mesmo eu querendo ser útil e produtivo os sentimentos de indisposição e acomodação ficam me segurando (e eu não quero me sentir assim, a minha Vontade não está alinhada com a preguiça, eu não sinto que a preguiça é um ideal a ser seguido, e racionalmente eu também reconheço as más consequências práticas que a preguiça me proporciona; essa indisposição que eu sinto é algo de origem bem visceral e primitiva, não é algo ao qual eu tenho apego em sentir - ao contrário de sentir fome, sentir saudades da minha ex, sentir vontade de me churrascar, etc - e é basicamente a esse tipo de coisa ao qual eu me refiro quando falo da existência de uma face emocional). Acho que talvez daria pra dizer que o que eu chamo de Vontade se refere aos desejos da "alma" e o que eu chamo de emoções se refere aos desejos da carne, muitas vezes eles estão alinhados e são quase indistinguíveis (a fome e a libido, por

exemplo, são de origem carnal, mas são respaldadas pela minha Vontade pois eu gosto do processo de senti-las e satisfaze-las) mas outras vezes não estão (a minha preguiça, por exemplo, é de origem carnal e eu gostaria de não senti-la, não vejo nada de bom nela, eu consigo me imaginar não sendo preguiçoso e desejo isso pra mim). Estou ciente de que inúmeros pensadores já dissecaram essas questões séculos atrás, então não estou com aqui com a pretensão de falar nada de novo e eu não estou me propondo a explicar a mente humana ou qualquer coisa assim, apenas a minha própria mente - eu não sei em que grau as coisas faladas aqui se aplicam aos outros, só sei que se aplicam a mim. Deixo claro que não acho que essa conclusão que eu tive seja de qualquer modo profunda, genial, inovadora, etc; eu sei que eu não sou inteligente e não tenho nada de especial, peço desculpas se estou soando pretencioso ou arrogante graças à minha escolha de palavras, não é a minha intenção, minha única intenção aqui é registrar reflexões que tenho sobre mim mesmo. Não nego, entretanto, que achei esse conceito interessante e muito provavelmente irei explora-lo melhor em textos futuros (até mesmo pra esclarecer melhor as coisas).

- Não consigo pensar nem mesmo no futuro imediato (por exemplo, semana que vem) sem ser acometido por sentimentos de medo e angústia.

- Literalmente desde criança eu sinto uma ânsia muito forte em ser alvo do desejo feminino, só vim a me tornar consciente disso nos últimos anos e a intensidade desse sentimento variou com o tempo mas é inegável que ele sempre esteve enraizado em mim. Eu sinto uma inveja muito forte quando me deparo com casos em que mulheres agridem rapazes por estarem atraídas por eles, ou casos em que literalmente ab**am deles sex***mente, pois eu gostaria muito que fosse eu no lugar deles; eu sei que muitos homens também expressam o mesmo tipo de desejo (tanto que são criticados por ficarem banalizando quando a vítima é alguém do sexo masculino), mas o que os atrai nessa situação é o mero contato sexual com a mulher e não o contexto em si (o que importa pra eles é estarem copulando com uma mulher, independente deles terem consentido ou não), já o que me gera tanto interesse em situações assim é o fato da mulher desejar o cara (que eu gostaria que fosse eu) de forma predatória, ver ele como um objeto de satisfação sexual (ou seja, é a validação que isso da, a atração sexual que a mulher sente pelo cara é tão pura e visceral que ela faz questão de desrespeitar até a integridade física e liberdade dele pra se satisfazer - isso, em específico, é que é extremamente atraente pra mim). Também não me encaixo no grupo de caras que falam coisas como "gosto de apanhar de mulher bonita" e caras que mandam dinheiro e presentes pra alguma moça qualquer só por sentirem prazer em colocar mulher em um pedestal e em se humilharem; o foco dos gostos deles está na figura da mulher, a satisfação deles é tratar a mulher como superior e não ligam para o que a mulher pensa deles (ou, muitas vezes, até preferem que a mulher sinta repulsa deles), já o foco do meu desejo está na minha própria figura, ele gira em torno da ideia de uma mulher sentir atração por mim e passar a se portar agressivamente por conta disso (acho que a agressividade de certa forma me da uma certeza de que o desejo dela realmente é genuíno - ou seja, eu não gostaria nem um pouco de "apanhar de mulher" caso a motivação dela me bater não envolvesse ela sentir atração por mim).

Possivelmente irão falar que eu estou pensando de forma feminina e querendo ser tratado como uma mulher, que a origem disso é falta de amor materno, que eu estou querendo inverter a lógica das coisas, etc; talvez seja verdade (exceto quanto a falta de amor materno, nunca sofri disso) mas tanto faz, eu não quero mudar isso - é algo que está comigo desde quando eu tinha uns 5-6 anos, afinal de contas. O meu medo do envelhecimento bio-fisiológico e minha preocupação com a aparência física estão intimamente ligados a esse meu desejo pois acho bem improvável que um homem mais velho e acabado fosse potencialmente visto como objeto sexual por mulheres (principalmente mulheres dispostas a agir de forma agressiva, desrespeitosa e até mesmo criminosa pra realizar o desejo delas), creio que um homem assim possa sim ter um relacionamento normal se ele correr atrás mas nunca terá o prazer de ser assediado, tratado como objeto, de ter alguém do sexo feminino correndo atrás dele unicamente por desejo carnal, etc. Não que eu ache que eu ainda tenha chances de vivenciar algo assim, eu acredito que eu não possuo chance nenhuma e ainda bem que eu irei me churrascar logo logo; sei que parece algo extremamente besta e supérfluo mas é muito importante pra mim e a ideia de nunca vivenciar isso me deixa muito frustrado e angustiado - e ainda que, por um milagre, fosse possível eu vivenciar algo assim após envelhecer não teria a mesma graça, afinal de contas eu olharia pra mim mesmo (pro meu corpo envelhecido, no caso) e sentir desgosto pois simplesmente não combina um homem com essa aparência (marcas de expressão, perda de colágeno, queda de cabelo, gorduras localizadas, flacidez, indicadores de envelhecimento no geral, etc) atraindo esse tipo de atitude das mulheres, não é harmonioso. Esse é um tema muito importante pra mim e sem dúvidas um dos principais fatores associados ao meu churrasco (entre vários outros), ainda tenho mais a falar sobre isso mas já vou deixando esse pequeno texto como uma introdução ao assunto.

- Fico mal quando vejo qualquer passar no meu feed qualquer publicação relacionada a "yandere", "femcel" ou coisas em geral que envolvam mulheres desejando homens de forma agressiva, pois sei que não sou um alvo delas (e se eu já não sou agora as chances só diminuirão com o tempo pois envelhecerei bio-fisiologicamente e os homens que são alvos desse tipo de coisa geralmente são novinhos bonitinhos).

- Já vi uns caras dizendo que atração feminina genuína (no sentido de uma mulher simplesmente desejar o cara simplesmente por desejar mesmo, sem pensar em obter qualquer benefício dele) não existe e que um homem buscar isso é sintoma de ser afeminado e/ou ter o que chamam de "mommy issues"; inclusive, alguns deles usam esse argumento pra defender o uso da prostituição, afinal de contas se não há atração genuína e só interesses práticos-materiais então vale mais a pena só pagar diretamente - e também falam que o cara que não vai em prostitutas por saber que a prostituta não sente atração por ele é sojado, é afeminado, tem mommy issues, é gado carente de validação feminina, etc. Eu duvido muito que isso seja verdade (há vários homens que são genuinamente desejados por mulheres, sem oferecerem nada em troca, eu não sou um deles mas eles existem), mas se for então isso só me encoraja mais ainda a fazer o churrasco. Eu nunca iria em uma prostituta, a falta de desejo da parte dela não só me incomodaria como

literalmente tornaria impossível eu me excitar, afinal de contas eu não iria conseguir sentir atração pelo corpo dela sozinha, pra eu conseguir sentir qualquer atração eu teria que ter em mente a ideia de que ela me deseja também (afinal de contas, o que me atrai não é exatamente a mulher mas o desejo da mulher por mim) - se for pra não ser desejado eu prefiro ficar sozinho mesmo. Sinceramente acho que há poucas outras coisas boas na vida além de ser objeto de desejo feminino, eu falho em ser um e isso é um dos fatores que me levam ao churrasco; não me orgulho disso mas é a verdade, é exatamente assim que eu me sinto e não irei mentir.

- Antes eu praticava o onanismo até com certa frequência mas o que me excitava era a expectativa de que em algum momento futuro eu iria vivenciar as coisas com as quais eu fantasiava (e todas envolviam eu sendo objeto de desejo feminino), não era um fim em si mesmo; hoje em dia, entretanto, se tornou claro pra mim que eu não sou objeto do desejo de nenhuma mulher (pode-se dizer que antes eu era da minha ex, mas como ela terminou comigo esses dias já se acabaram há muito tempo) e além disso eu irei morrer logo (e se eu não morrer eu irei envelhecer bio-fisiologicamente e isso irá tornar a possibilidade de ser objeto do desejo feminino ainda menor), portanto praticar onanismo se tornou completamente sem sentido, virou algo deprimente pois eu agora tenho a consciência de que tudo aquilo só vai ficar na minha própria mente e será um fim em si mesmo - por isso, não faço, pois irá me dar desgosto ao invés de prazer. Aliás, acho bizarro como homens em situação pior que a minha (um tiozão calvo e acima do peso, por exemplo) conseguem ter uma libido e praticar onanismo sem qualquer preocupação, não consigo me colocar no lugar deles; não tenho nada contra e não quero impedir ninguém de fazer o que bem entender com a própria vida, eu apenas não consigo conceber esse tipo de coisa (realmente sou muito carente e dependente de validação feminina).

- Se eu continuar vivo a minha aparência física inevitavelmente decairá e eu sinto que a minha ex em algum momento irá acabar vendo fotos minhas e se sentir bem em ter terminado comigo antes que eu "embarangasse" ainda mais, além de ficar com uma sensação de que ela definitivamente saiu por cima pois após ela me largar eu só piorei.

- Lembro que em setembro e no final de agosto (até antes, mas com menos frequência) eu tava postando e comentando umas coisas até bem positivas e otimistas, mas era tudo "coping" interno meu. Eu estava me sentindo mal igual agora mas ficava elaborando argumentos pra tentar me convencer de que as coisas não estavam tão ruins assim, que há esperança pras coisas que me colocavam pra baixo, que há outras perspectivas, etc; e eu levei tão a sério que acabei registrando em palavras e postando. É uma sensação muito ruim tentar fingir que ta tudo bem e/ou que as coisas vão melhorar sendo que no fundo você sente o contrário, é menos pior abraçar a negatividade por completo pois pelo menos assim não há uma dissonância cognitiva piorando as coisas.

- Minha ex cursa psicologia e tudo que me lembra de psicologia acaba me lembrando dela e me deixa mal. Essas anotações, registros, desabafos,

relatos, etc que venho fazendo têm, de certa forma, tudo a ver com psicologia e perceber isso agora me causou angústia.

- Lembro que em 2008 eu ganhei uma cartela de figurinhas da Pucca, tinha vindo de brinde com alguma coisa (não tenho certeza se era uma revista Recreio ou um álbum do Kung Fu Panda); eu lembro que eu havia gostado muito de ver como ela era obcecada pelo namorado dela e eu desejei muito estar no lugar dele. Lembro também que minha ex disse, em algum momento, que ela gostava da Pucca e que se identificava com ela (e eu obviamente adorei isso); hoje em dia ver qualquer coisa referente à Pucca me deixa mal pois me lembra da minha ex.

- Hoje é dia 31 de outubro de 2023, cerca de 16:00 e já to com vontade de ir embora dessa vida nesse exato momento, to sentindo uma angústia insuportável e não tenho pra onde desviar meus pensamentos. Tudo parece tão ruim e negativo.

- Se eu tentar pensar em minhas aflições como coisas bobas e que em grande parte só existem dentro da minha mente, que bastaria eu deixar de me importar que tudo sumiria, o meu cérebro consegue literalmente inverter as coisas e fazer eu começar a me questionar como que, em algum momento, eu não me importei com essas coisas e achar isso absurdo (e eu acabo me sentindo pior ainda do que antes). Isso é um exemplo da Vontade (conceito que mencionei anteriormente) entrando em atuação, pois é como se eu gostasse de ser afligido por essas coisas e não quisesse abrir mão de querer que elas sejam resolvidas ao invés de simplesmente deixar de ligar pra elas (não sei se deu pra entender, mas eu NÃO quero deixar de ligar pra esses problemas e na verdade eu sinto REPULSA da ideia de deixar de ligar pra eles, o que eu quero é que eles sejam resolvidos - mesmo que a literalmente não exista solução pra alguns deles, e é justamente aí que entra o churrasco.

- Hoje é dia 31 de outubro de 2023, perto das 17:30 e eu queria literalmente morrer agora mesmo, estou me sentindo muito mal. Não consigo pensar em nada que me anime, todos os meus pensamentos machucam e deprimem; a única coisa que eu tenho vontade de fazer agora, nesse momento, é ficar inerte e vegetando.

- A angústia ta insuportável e parece ficar cada vez mais intensa então sinto que vou realizar o ato já de uma vez. Acho que vou fazer nesse feriado mesmo, preciso ir atrás de ajeitar os preparativos o mais rápido possível; eu realmente não quero fazer isso agora, mas se essa sensação horrorosa não ficar pelo menos um pouco menos insuportável vai ser o jeito acabar com todo agora mesmo - eu torço pra que eu melhore dentro de dois dias, se não...

- Estou completamente indiferente à política, ideologias, debates, questões atuais, etc; não que eu fosse muito engajado antes antes, mas eu sentia um certo prazer em acompanhar essas coisas e até discutir algumas delas por diversão mesmo, já hoje em dia nada disso me importa mais, minha mente está completamente voltada para minhas aflições internas - a única "pauta" que

realmente mexe comigo nesse exato momento é a do envelhecimento bio-fisiológico.

- Após minha ex terminar comigo eu fiquei obviamente triste mas não perdi a vontade de viver nem nada desse nível, não fiquei totalmente sem perspectiva de futuro, não fiquei achando que acabou tudo, na verdade eu estava me sentindo de certa forma até otimista pois o meu pensamento era o de que agora eu já estava com a experiência de ter tido um relacionamento e isso me ajudaria a ter um outro no futuro próximo até melhor com outra pessoa - eu estava encarando esse término mais como um contra-tempo do que como uma tragédia pessoal, eu pensava que logo eu iria me recuperar e que iria tocar minha vida pra frente e evoluir, que eu ter tido aquele primeiro relacionamento foi só um degrau de uma onda de mudanças positivas na minha vida que se iniciaram nesse ano e iriam perdurar. Hoje, passados quase quatro meses de término, eu percebo que eu estava errado e que ela é praticante insuperável e insubstituível pra mim, que realmente acabou tudo e que não há mais perspectiva de futuro pra mim (por motivos supracitados e explicados); ter tido um relacionamento não fez de mim nem um pouco menos fracassado e eu não mudei nem um pouco pra melhor (o mais provável é ter acontecido o contrário, me sinto até mais desajustado e esquisito agora do que antes de namorar). Estou pior do que nunca, bem que dizem que a alegria do pobre dura pouco e que quanto maior o patamar maior é a queda.

- Continuo me sentindo mal e sem perspectiva até mesmo de futuro imediato, a angústia não aliviou nem um pouco, porém acho que consigo segurar as pontas e evitar o churrasco pelos próximos dias (tomara). Não estou dando garantia que não irei fazer, entretanto.

- Por um lado não quero cumprir com as obrigações e expectativas de um adulto, por outro eu também acho ridículo chegar na idade adulta sem cumprir pelo menos algumas delas. O ideal seria uma realidade onde vivemos uma juventude eterna (pelo menos bio-fisiologicamente), mas como isso é só fantasia então a única solução que me resta é o churrasco.

- Na medida que uma pessoa envelhece ela se vê cada vez mais obrigada a evitar cometer erros, pois quando mais velho você for mais limitada será sua capacidade de se recuperar das coisas pois o seu tempo se torna cada vez mais curto e suas habilidades e atributos de um modo geral só decaem cada dia mais (isso "magicamente" se aplica a diversas áreas diferentes, como aparência física, saúde, finanças, relações interpessoais, etc) - sem falar que uma pessoa velha dando vacilos e fracassando é visto como ainda mais feio do que uma pessoa jovem passando pelo mesmo. Pensar nisso me deixa de certa forma feliz por estar me churrascando antes dos 30.

01/11/2023

- Eu aceito passar por dificuldades mas o que eu não admito é passar por decadência (ver coisas perdendo seu valor e atributos com o tempo). Isso faz de mim imaturo? Que seja! Significa que eu não estou preparado pra vida? Ótimo, por isso mesmo vou acabar com a minha!

- Por algum motivo me peguei agora pouco pensando em como o novo interesse da minha ex tem tudo pra ser melhor do que eu e certamente o é. Em primeiro lugar ela é mulher, é nova e é bonita, em segundo lugar ela mora em uma grande metrópole (então tem uma variedade imensa de pessoas), em terceiro lugar ela já tem um círculo social irl e é uma pessoa carismática; ela pode escolher literalmente qualquer cara e com certeza há muitos e muitos caras que são superiores a mim em tudo, então é meio lógico que ela vai escolher alguém melhor e se ainda não me esqueceu por completo é capaz de ela até rir e ficar pensando onde ela tava com a cabeça quando se interessou por mim (velho, feio, desajustado, calvo, portador de ginecomastia, esquisito, etc) sendo que tinha coisa muito melhor pra ela. Eu, por outro lado, não tenho nem um milésimo do poder de escolha que a minha ex possui, não só por eu ser quem sou mas também porque moro em uma cidade bem pequena. Isso me revolta, mas eu não fico revoltado contra ela e nem contra ninguém em específico mas contra a própria realidade (por fazer com que as coisas funcionem assim); infelizmente não tenho o que fazer contra a realidade, ela não é uma entidade contra a qual posso agir e descontar minha raiva, o jeito é sair dela através do churrasco.

- Antes eu já não gostava da minha situação (tanto quanto a conquistar as coisas quanto à minha perspectiva de me relacionar com mulheres) atual e tinha medo de continuar nela mas ao mesmo tempo eu também era muito esperançoso de que no futuro próximo isso iria magicamente mudar, então eu não sofria tanto com isso. Hoje em dia eu já abandonei completamente essas esperanças e aceitei o que eu sou, o churrasco vem; é uma sensação estranha, de certa forma até um pouco positiva, é legal estar sentindo algo "novo".

- Estou começando a sentir raiva, não sei de quem mas estou. Fico pensando em possíveis contra-argumentos pros meus pensamentos (principalmente os elaborados por outras pessoas e não por mim) e isso me irrita pra caramba porque nenhum deles resolve minha situação e de certa forma me sinto até desrespeitado e ofendido em ouvi-los - geralmente são argumentos conformistas.

- Eu não quero me sentir bem com minha situação e aceita-la, eu quero que ela mude e só. É impossível que ela mude? Ok, vou me churrascar então.

- Do mesmo jeito que não há remissão de pecados sem o derramamento de sangue também não haverá quem me ouça sem que meu próprio sangue seja derramado. Eu optei pelo auto-extermínio para acabar com as minhas aflições mas ele não deixa de ser uma ótima maneira de fazer com que as minhas objeções sejam ouvidas pelo menos por alguns momentos - eu quero muito ser ouvido.

- Eu não sou ideologicamente contrário ao onanismo nem nada do tipo mas acabei desenvolvendo um bloqueio em realizar essa prática por ter passado a vê-la como patética e deprimente; afinal de contas, se trata de eu dando prazer a mim mesmo (algo completamente individual) ao invés de ser outra pessoa

trocando prazer comigo e pensar nisso me dá um desgosto imensurável - gera uma sensação de fracasso e solidão. Continuo a ter uma libido normal mas esse sentimento de desgosto me impede de realizar tais atos (ou pelo menos tem impedido até o momento, eu não faço nenhuma questão de me abster disso). Também não tenho nada contra outras pessoas praticarem onanismo, só acho deprimente quando se trata de mim.

- Não gosto de coisas como astrologia, adivinhação, tarô, mediunidade, etc pois sinto que são muito pretenciosas em determinar coisas sobre a vida alheia; eu acredito, sim, na existência de forças sobrenaturais (e nem falo necessariamente de Deus aqui), porém creio que nenhum sistema humano é capaz de compreendê-las e muito menos sistematiza-las, creio que são totalmente imprevisíveis e ilógicas pra nossa mente e portanto é impossível estuda-las de modo sistemático - portanto, sou cético quanto a tarólogos, adivinhos, médiuns, astrólogos, bruxos, etc (não é por existir o "sobrenatural" que necessariamente também exista pessoas que o dominem). Essa minha antipatia também se estende um pouco à psicologia e outras areas parecidas pelo mesmo motivo, as afirmações que pessoas dessa área (ou que se interessam por essa área) fazem sobre problemas e aflições como os que vivencio parece que os diminui, os faz parecer mais bobos e menos profundos do que são - detesto o ar de arrogância que isso me transmite (e que também me é transmitido por astrólogos, tarólogos, etc), por isso não me abro com qualquer um. Se for pra tentar me encaixar no sistema que você adota (seja ele psicologia, psicanálise, astrologia, etc) peço que por favor nem fale nada.

- Eu não possuo visões negativas quanto ao homossexualismo por ver essa prática como algo afeminado, emasculante, etc; eu estaria dando um tiro no meu próprio pé caso pensasse assim já que eu próprio, apesar de ser hétero, também me encaixo nesse tipo de homem "feminino" devido às minhas sensibilidades aguçadas. Eu possuo visões negativas quanto a isso pelo mesmo motivo que eu possuo uma visão negativa de quem consome excremento, vejo como algo abominável sem ser necessariamente afeminado (aliás, muitos dos hom******ais mais perversos da história tinham comportamento bastante masculino e eu sempre reconheci isso), coisa de maníaco, serial killer, psicopatas, genocidas, sádicos, etc - a imagem do homossexual não me transmite fraqueza de modo algum, me transmite é medo. Falando nisso, eu não quero receber absolutamente nenhuma simpatia dessa classe de pessoas e seus simpatizantes caso eu realmente me churrasque e o meu churrasco "viralize", prefiro mil vezes que debochem, comemorem, escarneçam, etc. O meu normal é passar a ter opiniões mais "tolerantes" quando estou me sentindo pra baixo, mas quanto a esse assunto em específico eu mantenho minha posição até o fim.

- Acho que posso dizer que nasci outra vez no dia 19 de outubro de 2023, o dia em que a ideia do auto-extermínio se enraizou na minha mente em definitivo e teve início a contagem regressiva pro grande momento. Pensar no fim como algo próximo me deu uma perspectiva completamente nova e, apesar de eu estar me sentindo muito mal, está sendo fascinante vivenciar sensações que eu nunca vivenciei antes.

- Sei que provavelmente há muitos outros rapazes com pensamentos e sentimentos parecidos aos meus, mas isso só me encoraja mais ainda pois fazendo o que pretendo fazer eu talvez acabe dando uma voz a eles. Talvez eu seja só mais um entre vários, mas eu não preciso me conformar em continuar assim.

- A minha preocupação referente à idade e ao envelhecimento me leva a ficar pesquisando pelas biografias dos mais variados tipos de pessoa (artistas, atores, inventores, cientistas, cantores, políticos, etc) e comprando a trajetória deles com a minha; os pensamentos mais comuns que tenho são "hm, tal pessoa começou a fazer tal coisa importante com tal idade, sinal de que é muito tarde pra mim" e "hm, tal pessoa começou a fazer tal coisa importante só depois de velha, talvez eu ainda tenha chances". Confesso que faço isso muito com serial killers, eu não me identifico nem um pouco com eles e não pretendo fazer qualquer mal pra qualquer pessoa inocente, mas querendo ou não as coisas que eles fizeram os tornaram excepcionais e de certa forma "importantes"; sinto certa satisfação em reparar que muitos deles (principalmente os mais famosos) só começaram a fazer vítimas depois dos 25, isso me da a sensação de que ainda não é tarde demais pra mim (obviamente, como já dito, eu não pretendo fazer o que eles fazem nem nada parecido, só quero fazer algo de importante e excepcional).

- Uma das características de minha aparência física que mais me incomoda são os meus sulcos nasolabiais e a presença deles está diretamente ligada ao envelhecimento bio-fisiológico, então a tendência é que eles só piorem com o passar do tempo - ainda bem que pretendo me churrascar antes disso.

- Eu ainda não morri completamente por dentro e por isso ainda há partes de mim que involuntariamente e inconscientemente ficam fantasiando com uma possível melhora inesperada que vai me tirar do fundo do poço (frequentemente personificada na figura de uma hipotética namorada). Entretanto, mesmo que eu melhore isso não vai curar o envelhecimento bio-fisiológico e talvez até piore as coisas mais ainda pois se minha não chegar ao fim agora eu vou só envelhecer e decair ainda mais (mesmo que eu esteja supostamente "feliz" distraído com outras coisas); além do mais, mesmo que eu não tenha morrido internamente por completo a minha situação atual é incomparavelmente pior do que já foi em qualquer outra época.

- Acho tão triste quando vejo casos de rapazes que tiveram um único namoro/caso/relacionamento anos atrás e desde então estiveram sozinhos, eu estou trilhando o mesmo caminho e não gosto nada disso. Se eu me churrascar pelo menos não terei esse destino deprimente, é horrível ter vivenciado essas coisas uma vez e depois ser privado delas indefinidamente - os caras que nunca tiveram isso (alguns deles) pelo menos ainda possuem perspectiva de vivenciar essa experiência algum dia. E digo mais, qual o sentido de continuar vivo se for pra ficar sozinho e sem uma perspectiva realista de encontrar alguém? Sei que dizer isso soa patético mas é exatamente assim que eu me sinto e eu não vou mentir.

- Talvez eu organize todos esses textos/parágrafos/comentários em um livro futuramente (se eu ainda estiver com vida), de forma internamente concisa e separando cada assunto por capítulos; outra possibilidade seria compilar as passagens aqui presentes que julgo mais icônicas e impactantes (assim ficaria mais fácil de entender o que eu penso sem perder tempo com relatos triviais que faço aqui). Não sei, entretanto, se qualquer pessoa iria ter um interesse real em ler o que eu tenho a dizer, eu não escrevo tão bem e nada do que eu tenho a dizer é tão original e profundo assim (além do mais, hoje em dia qualquer um pode escrever e publicar o que pensa, se tornou algo extremamente comum, fácil, acessível e portanto banal).

- Como disse anteriormente, não faço a mínima questão de receber simpatia de certos grupos quando eu me for; eu estou 100% consciente de que possuo pensamentos considerados preconceituosos, escrotos, extremos e odiosos por boa parte da sociedade, não me desculpo por nenhum deles e não quero ser "perdoado" ou qualquer coisa do tipo por quem me vê dessa forma. Eu faço questão de deixar claro que não odeio certas pessoas e grupos (minha ex, as mulheres de forma geral, a sociedade, etc) porque eu realmente não odeio e eu gosto de ser genuíno aqui, não por eu desejar receber qualquer tipo de simpatia.

- Sinto uma agonia terrível em relação a homens "coomers", falo aqui de homens que o tempo todo sexualizam mulheres, do tipo que olham uma desconhecida na rua e já fantasiam como ela deve ser na cams e sequer possuem o pudor de evitar comentar sobre isso. Não é uma condenação moral da minha parte, eu apenas sinto desgosto com a ideia de se atrair tanto por alguém com quem você não tem nada e nunca teve; eu sinto atração por mulheres também mas nunca fui de olhar pra uma aleatória e ficar pensando essas coisas pois eu sinto que estou humilhando a mim mesmo. A grande questão é que os "coomers" não dão a mínima pro que as mulheres pensam deles, eles só desejam a carne mesmo e pronto; eu, por outro lado, ligo quase exclusivamente para o que a mulher pensa - talvez o patético seja eu no final das contas, por depender tanto de validação feminina (mas eu não quero mudar, e definitivamente não quero me tornar mais parecido com os "coomers").

- Acho que o dia 28 de janeiro de 2023, o dia em que a minha ex veio me visitar e nos vimos pessoalmente pela primeira vez, realmente foi o mais feliz que já tive em toda a minha vida. Eu me sinto mal em dizer isso porque provavelmente há outros dias, envolvendo minha família, que eu deveria considerar mais especiais - mas infelizmente a verdade é que o acontecimento que mais me trouxe felicidade na vida foi ter visto minha ex pela primeira vez.

- Eu sei que eu sou insignificante e que chega a ser meio patético eu estar relatando coisas e respondendo possíveis objeções como se eu fosse alguém importante, mas eu não quero me conformar em ser insignificante.

- Na internet há diversos materiais tratando dos estágios do término de um relacionamento e apesar haver muitas divergências todos eles concordam nos pontos fundamentais. Eu passei um bom tempo lendo esses materiais em

agosto e hoje percebo que não se aplicam a mim pois por mais que o tempo passe e eu evite qualquer contato com a minha ex (e também gatilhos) eu só pioro. Acho que minha ex é insuperável mesmo, ainda bem que pretendo me churrascar logo e por um fim nisso.

- Vai ser muito patético se mesmo com toda essa preparação o meu churrasco acabar flopando, mas ainda que isso ocorra eu pelo menos vou ter colocando fim na minha agonia e isso é o principal.

- Hoje mais cedo eu, por algum motivo, pensei na possibilidade de algum rapaz em situação igual a minha fazer algo igual ao que eu pretendo fazer (pouco antes de mim) e acabar viralizando; se isso acontecer vai ficar parecendo que eu me inspirei nele e não que foi algo que eu decidi por conta própria, por isso já deixo avisado aqui que essa ideia surgiu na minha mente de forma autônoma no dia 19 de outubro de 2023 e que desde então eu tenho me preparado.

- Um dos meus maiores medos (não vou dizer que é o maior pois eu sinceramente não sei determinar qual seria o meu maior medo) no momento é que eu me acovarde e não realize o ato mas continue sentindo essa agonia que estou sentindo (e, claro, envelhecendo bio-fisiologicamente). Esse seria um destino extremamente miserável (pior que isso só se eu tentasse, algo desse errado e eu sobrevivesse mss com sequelas permanentes).

- Novamente a "maldição" da quarta-feira se cumpriu, alguém acaba de me mandar um print da minha ex postando algo - e era algo completamente aleatório, nem faz sentido me mandar isso, mas parece que o universo conspira pra ficar me relembrando dela com maior intensidade nas quartas-feiras.

- Na época do namoro eu sentia uma certa "magia" em viver e fazer as coisas do dia-a-dia porque no meu inconsciente estava enraizada a expectativa de que em um futuro próximo eu iria vê-la, de que logo logo eu iria viver coisas interessantes com ela, etc; de fato era uma sensação bem diferente, não tem comparação. Hoje eu já não sinto "magia" nenhuma e portanto nada tem a mesma graça que antes (incluindo antes de eu namorar), e se eu sinto graça em algo é de modo forçado, superficial, como se eu estivesse sendo anestesiado; é muito ruim não ter essa perspectiva de algo bom e/ou interessante vai acontecer logo logo. Não aguento mais.

- Me olhei no espelho hoje mais cedo e senti um aperto no coração em ver como a minha pele ta ficando horrível e os sinais de envelhecimento aparecendo cada vez mais (em foto não aparece muito, mas pessoalmente eu sou bem pior). Isso só deixa tudo pior.

- As vezes eu fico me sentindo completamente impotente, inerte e esquecido, como se eu fosse um fantasma observando tudo ocorrendo ao meu redor sem poder fazer nada pra interferir. Estou me sentindo assim agora.

- Eu sinto que as mulheres (principalmente moças jovens) com as quais eu me deparo pessoalmente me vêem de forma negativa, se incomodam com a minha presença, me acham esquisito e talvez até repulsivo, algumas talvez façam piadinhas, etc; suponho que na maior parte do tempo elas simplesmente me ignorem, nem percebam minha presença ali, mas quando percebem deve ser do jeito que descrevi - elas devem me ver como algo análogo a um tiozão "creepy" (entretanto, posso dizer com a consciência limpa que nunca na vida fiz nada de inapropriado que embasasse essa suposta imagem que elas possivelmente têm de mim, sempre fui de ficar 100% na minha). Talvez isso seja só coisa da minha cabeça e elas ignorem minha existência mesmo (o que ainda é triste, mas acho que é melhor do que ser motivo de repulsa), mas o que contato quando observo meus arredores é que a minha presença (quando notada) incomoda e causa nojo no sexo feminino.

- Talvez as motivações que estão me levando ao churrasco possam ser consideradas uma forma de "perfeccionismo", pensar nisso me deixa mal pois me lembra que a minha ex também é uma pessoa perfeccionista e até mesmo se descreve assim (e me lembrar dela obviamente me deixa mal, como já disse dezenas de vezes)

- Cada vez mais eu sinto que acabou mesmo pra mim, algum tempo atrás eu já estava me sentindo mal e sem perspectiva e achava que tinha chegado no fundo do poço mas o tempo me mostrou que havia potencial pra piorar ainda mais. Cada dia que passa fica mais claro pra mim que eu não há mais esperanças de eu viver coisas boas e que a minha miséria só vai aumentar gradativamente caso eu continue vivo (mesmo que eu me distraia e me anestesie momentaneamente), eu poderia listar argumentos pra embasar essa conclusão mas o mais importante é que eu SINTO que acabou, não apenas sei.

- Se eu me churrascar agora ou no futuro próximo pelo menos poderá dizer-se que eu morri "jovem"

- As mulheres da minha idade e mais novas devem me desprezar tanto, devem sentir tanto nojo de mim...talvez isso em específico seja coisa da minha cabeça, mas eu sinto que é verdade. As mais velhas, por outro lado, devem só me ignorar e nem reparar em minha existência (ou talvez tenham repulsa também, não sei, mas não sinto repulsa vindo delas).

- As mulheres da internet provavelmente não possuem uma visão tão negativa de mim quanto as do irl, mas isso é provavelmente porque nas fotos e vídeos meus a minha aparência é muito melhor do que pessoalmente e também porque elas já são acostumadas com "esquisitos". De qualquer forma, internet não é vida real, então tanto faz o que elas pensam.

- Me privar de certos pequenos prazeres faz eu me sentir um pouquinho menos patético, acho que de certa forma é por isso que não consigo mais praticar onanismo - um outro exemplo é deixar de comer. Não se aplica a qualquer coisa, entretanto, pois não tenho a mínima vontade de, por exemplo, me abster de internet.

- Eu não vou mais me churrascar amanhã até porque não dá mais tempo de preparar nada, mas seria um tanto poético eu partir justamente no dia de finados (e eu só parei pra reparar nisso agora).

- Uma possível fonte de motivação pra mim seria pensar que se eu começar a me empenhar e correr atrás das coisas agora eu irei colher o fruto disso no futuro, mas isso só faria sentido se eu quisesse estar vivo no futuro e eu não quero pois já estou velho demais, eu deveria ter feito isso com 18-20 e estaria colhendo os frutos agora com 23-25 (que é basicamente o estágio final da vida humana que ainda vale a pena ser vivido, pois após isso é só decadência). Eu pensaria duas vezes antes de considerar o churrasco caso eu ainda tivesse a vida toda pela frente mas a verdade é que eu estou no fim da vida, não há como a minha aparência melhorar/se desenvolver daqui pra frente (apenas decair ou, na melhor das hipóteses, se manter por alguns anos); os sinais de envelhecimento após os 25 serão poucos ou quase nulos se você tiver sorte mas inevitavelmente acontecerão e a ideia de passar por isso é quase insuportável pra mim, por menor que seja o grau de tal decadência - então eu não tenho mais nada que me dê perspectiva de vida, o meu auge de aparência física foi atingido e daqui pra frente é só ladeira abaixo; creio que aparência física não é tudo e que lutar por uma causa maior ou gerar descendentes também façam a vida viver a pena, mas como sou incapaz de atrair uma parceira do sexo oposto eu estou impossibilitado de ter filhos e o meu plano de churrasco já é de certa forma uma luta por algo maior.

02/11/2023

- Todo dia é um desgosto tão grande ao acordar, uma angústia tão forte, mas hoje parece estar sendo pior. Me sinto encurralado, sem ter o que fazer pra aliviar essa sensação ou como me distrair dela, nada mais tem graça.

- Nesse exato momento, início da manhã do dia 2 de novembro de 2023, eu estou agonizando por dentro com tanta intensidade que não estou conseguindo nem mesmo compreender o que está acontecendo comigo e muito menos por em palavras (e olha que escrever vem sido basicamente a única coisa que tem me proporcionado algum prazer nas últimas semanas). Me falta palavras, eu não estou com vontade nem de me mexer, parece que só piora e o mais assustador é que não tem um limite, nunca chego ao fundo do poço porque sempre afunda cada vez mais.

- Nesse exato momento, cerca de 8:25 da manhã do dia 2 de novembro de 2023, eu estou me sentindo tão mal que se eu tivesse uma arma carregada aqui eu só iria me despedir rapidamente de algumas pessoas, deixar público o que eu escrevi até agora e usa-la contra mim sem pensar duas vezes. Eu realmente não queria fazer isso logo agora mas o sentimento de angústia ta insuportável e esse seria a única forma de fazer parar. Estou chorando muito enquanto escrevo isso.

- A falta que eu sinto dos momentos vividos juntos à minha ex é algo indescritível, definitivamente não é igual a qualquer outra emoção que eu já tenha sentido. Eu sei que qualquer pessoa com saudades de um relacionamento passado iria dizer a mesma coisa, mas isso de forma alguma torna menos intenso o que eu sinto, só me falta palavras necessárias pra exprimir o quão intenso isso é.

- Passei a sentir um nojo cada vez mais intenso do meu corpo (especificamente o meu corpo, não os corpos humanos de modo geral; na verdade, o fato de existir corpos humanos "não-nojentos" faz com que eu sinta ainda mais nojo do meu), eu já senti isso anteriormente diversas vezes mas hoje em dia eu sinto muito mais; as vezes, como mecanismo de enfrentamento involuntário, eu passo a gostar momentaneamente do meu corpo e fico eufórico em relação a ele, mas logo isso passa e me bate um sentimento forte de decepção comigo mesmo. Fico imaginando que a minha ex também sentia nojo do meu corpo e não falava, ou então não sentia inicialmente mas passou a sentir com o tempo; talvez isso seja coisa da minha cabeça mas talvez não. Passei a ter repulsa da ideia de ter pensamentos sexuais pelo mesmo motivo, sinto que é repugnante alguém com um corpo nojento e feio igual ao meu "ousar" pensar em sexo (eu obviamente ainda tenho uma libido, até alta, o que eu quero dizer é que passei a ter um bloqueio em relação a ela); não é a primeira vez que tenho esse pensamento mas certamente é a primeira vez que ele se manifesta de forma tão intensa. O pior de tudo é que o envelhecimento bio-fisiológico só vai tornar o meu corpo cada vez mais nojento e repulsivo.

- Eu não sentia nojo e repulsa do meu corpo (minha aparência física de forma geral) durante a época em que eu namorei pois a ideia de que alguém do sexo oposto o achava atraente (e provou isso, não apenas disse com palavras) era o bastante pra me satisfazer. Na verdade, eu me sentia muito bem comigo mesmo de um modo geral nesse período, receber a validação da minha ex fazia com que a opinião de qualquer outra pessoa (incluindo, talvez, até a minha própria) sobre mim se tornasse irrelevante - e eu sei o quão ridículo é pensar assim mas não deixa de ser verdade, é exatamente assim que eu penso (não me orgulho mas é a verdade). Geralmente o que dizem pra pessoas como eu é que a sua validação tem que vir de dentro e não de coisas externas ou de outras pessoas, só que esse conceito é extremamente absurdo pra mim, eu sinceramente não consigo conceber a ideia de me sentir bem comigo mesmo só porque eu decidi pra mim mesmo que eu sou bom, que eu sou válido, etc.

- Um pensamento gostoso que eu acabei de ter foi o de que se eu me churrascar agora eu certamente terei morrido mais jovem que a grande maioria das pessoas mais novas do que eu. Hoje em dia eu invejo o fato deles terem menos idade mas ainda assim quase todos eles viverão mais do que a idade em que eu pretendo morrer (e provavelmente não será desenvolvida nenhuma cura para o envelhecimento bio-fisiológico no futuro próximo - veja lá uma que seja amplamente acessível - então os anos que eles viverão a mais serão anos de envelhecimento e decadência, anos esses que eu terei o prazer de não viver); no meu ver isso seria uma bela de uma volta por cima da minha parte. Acho engraçado que muitas pessoas pensam na ideia de viver por mais tempo

que as outras como uma espécie de vitória, sendo que na minha percepção é exatamente o contrário (exceto quando se trata de morrer sendo criança ou adolescente, aí até eu concordo que seria uma morte prematura demais).

- Eu gosto da língua francesa e gostaria de aprende-la melhor, isso poderia ser uma motivação a ficar vivo por mais algum tempo; entretanto, minha ex me presenteou com dois livros de francês e sempre que eu penso em aprender francês eu acabo me lembrando dela (por conta desses presentes) e isso me deixa mal. Na verdade, pensar em aprender línguas de forma geral me deixa mal porque sempre me lembra dela (ela tem um diploma de proficiência em língua inglesa e ela parecia estar bastante empenhada em aprender japonês, por isso a associação que minha mente faz).

- Eu estou me sinto um pouco melhor agora, cerca de 15:30 do dia 2 de novembro de 2023, mas apenas porque estou distraído com bobagens aleatórias; se eu pensar em qualquer momento do futuro, pode ser até hoje a noite, eu já sinto desgosto, desânimo e angústia. Definitivamente não tenho mais vontade de viver.

03/11/2023

- Acabo de ouvir um trecho da música "Garota de Ipanema" e isso me invocou memórias muito fortes do Rio, da ex e de uma outra música ("Pela Luz dos Olhos Teus"), que ela havia dito que era a nossa música. Isso me impactou profundamente e me deixou muito triste, quase chorei.

- Hoje eu tive sonhos que me "afloraram", por assim dizer, e eu acordei com vontade de praticar onanismo; entretanto, assim que recobrei os sentidos completamente (e me lembrei de quem eu sou) senti repulsa da ideia. Isso é só mais um exemplo que eu tenho uma libido normal, bio-fisiologicamente falando, mas a minha mente passou a bloquea-la por considerar impróprio eu sentir esse tipo de coisas sem eu ser jovem e bonito (se eu fosse jovem e bonito eu me permitiria ter uma libido ilimitada).

- Recentemente eu escrevi umas pequenas histórias/fics (na verdade, estão mais pra "fatos fictícios", mas não sei o nome específico pra isso) envolvendo chacinas realizadas contra hom******ais ou então POR hom****xuais, e um pouco antes disso (por volta de 2020-2021) eu escrevia sobre serial killers de mulheres com deficiências físicas e coisas parecidas; um "projeto" que eu nunca cheguei a colocar em prática, entretanto, foi o de um serial killer francês fictício que tinha mais ou menos os mesmos sentimentos que eu quanto a valer ou não a pena viver a vida se você não se encaixar em certos critérios específicos, e em um dado momento ele começaria a assassinar pessoas que ele julga que não possuem vidas que valem a pena (coisa que eu nunca cogitaria fazer, pra deixar bem claro), crendo estar fazendo um favor a elas - e no final ele próprio iria fazer o auto-extermínio, por se considerar uma dessas pessoas também (provavelmente por já estar velho ou algo assim). Acho que eu deveria voltar a cogitar escrever uma história assim.

- Percebi, ultimamente, um número considerável de pessoas falando que a moça que é minha ex é "rodada". Eu não fui atrás de averiguar isso mas de certa forma torço pra que seja verdade, porque se ela for mesmo "rodada" a falta que eu sinto dela diminui um pouco. Não que eu ligue muito pra esses conceitos de "pureza feminina", eu não veria tanto problema em me relacionar com uma "rodada" se o único problema fosse ela ser "rodada", mas não nego que tira um pouco da atração.

- Tudo combina com e "fica bom" em quem é bonito e jovem (mas principalmente jovem), por isso não é tão ruim assim ser "fracassado" na juventude, não é "anti-estético"; após a juventude, entretanto, isso deixa de ser o caso e situações assim passam a ser muito mais ridículas e patéticas. Eu não creio que a única coisa que há na vida é ter juventude e boa aparência, mas sinto que só da pra viver relaxado e se permitir as coisas se você for jovem e bonito; as duas coisas que fazem valer a pena continuar vivo após os 23-25 (no máximo 30) são se reproduzir e passar sua genética pra frente (pois de certa forma você continuará vivendo através dos filhos) ou se dedicar a uma causa maior de forma genuína (contribuir com a humanidade através de um grande invento ou descoberta, por exemplo). Porém mesmo essas duas coisas ainda não me agradam (não que eu tenha chances de me dedicar a elas), pois seguir esses caminhos é abrir mão de viver pra si e só é possível realmente viver pra quando se é jovem e bonito, a ideia de viver pra si mesmo após estar velho me causa um sentimento horrível, parece algo tão patético - e por isso mesmo eu escolho me churrascar, acabou o meu prazo de merecimento da vida. Um dos grandes problemas das sociedades modernas do século XXI é que foram criadas condições socioeconômicas nas quais as pessoas passam toda a sua juventude sem conquistar nada ao mesmo tempo que os seus relógios biológicos continuam a girar, gerando frustração e angústia (eu sou uma dessas pessoas e pretendo me churrascar por isso, não há mais tempo de correr atrás de nada pois não vale a pena conquistar algo se for após a juventude) - se fosse possível parar nossos relógios internos e manter as pessoas bio-fisiologicamente jovens até os 30, 40, 50 ou até mais tempo esse problema seria solucionado, pois não ter conquistas e realizações é aceitável quando se é bio-fisiologicamente jovem, não é tão anti-estético.

- Me lembrei agora pouco de ter assistido um documentário sobre os homens chineses que estão desesperados para arrumar uma parceira já que há escassez de mulheres na China, e eu não pude deixar de reparar em como eu não tenho um centésimo da disposição que eles têm pra correr atrás de mulher (buscando se realizar profissionalmente, acumular patrimônio, tentando se destacar, etc); a situação aqui no Brasil não é tão ruim assim já que não há escassez numérica de mulheres mas a mesma dinâmica acontece em um grau menor: homens se esforçando pra atrair mulher e competindo entre isso. Isso fez eu me dar conta de que as únicas mulheres que aceitariam ficar comigo são mulheres bobas e/ou que não reconhecem seu real valor, pois há um número imenso de homens muito melhores do que eu em todas as áreas os quais elas podem escolher, então não faria sentido nenhum que uma escolhesse logo a mim (que não faço nem o esforço de "tomar iniciativa"), eu tecnicamente não estou em posição nenhuma de reclamar e deveria estar muito grato de que pelo menos uma aceitou ser minha parceira em algum

momento da vida...porém mesmo assim eu escolho continuar reclamando, eu estou ciente de que a minha reclamação não é "justa" mas isso pra mim não muda nada, eu vou continuar sentindo falta de mulher e mesmo assim não pretendo tomar nenhuma iniciativa pra me auto-desenvolver, eu literalmente espero que caia uma do céu pra mim e vou continuar reclamando enquanto isso não acontecer (ou até eu me churrascar, o que é mais provável).

- Agora é cerca de 20:20 do dia 3 de novembro de 2023 e eu estou me sentindo consideravelmente melhor, não estou bem mas também não estou tão ruim quanto antes e eu não me churrascaria agora mesmo caso tivesse uma arma carregada acessível - não que eu me arrependeria de me churrascar ontem, afinal de contas eu tenho que morrer alguma hora e o quanto antes melhor, mas no momento não estou mais sentindo a agonia insuportável que induz ao churrasco só pra faze-la parar.

04/11/2023

- Ontem de noite alguém me mostrou um print de uma foto da minha ex com outro (é um novinho branquinho, pelo o que deu pra ver, do jeito que eu temia), aparentemente é por isso que estão chamando ela tanto de "rodada" nos últimos dias. No exato momento em que vi aquilo eu nem pensei muita coisa, mas na medida que os minutos foram passando começou a involuntariamente pipocar diversos pensamentos sobre como deve ser o relacionamento entre eles, as coisas que devem falar um pro outro, as coisas que devem fazer, etc e isso me jogou no chão, eu mal consegui dormir essa noite por conta disso e hoje, início da manhã do dia 4 de novembro de 2023, eu acordei até pior do que antes de ontem. Também me mandaram prints de comentários na publicação e aparentemente ela tinha postado foto com outro cara um mês antes disso (o que contribuiu mais ainda pra ser chamada de rodada); eu realmente espero que tenha sido outro cara e que ela também tenha se envolvido amorosamente com ele, acho menos pior pensar que ela não ta dando certo com outros e trocando de homem toda hora, o pior de tudo pra mim seria se ela ficasse com um só e criasse ligações fortes com ele.

- Eu quero me churrascar por conta do meu ego, todas as aflições giram em torno do meu ego e não é difícil ver isso. Entretanto, eu não gostaria nem um pouco de me desapegar do meu ego, como tantos propõem por aí; prefiro ter um ego que machuca do que não ter ego nenhum.

- Muitas vezes me passou na cabeça a ideia de simplesmente focar na minha vida e minhas coisas e desse modo esquecer minha ex, o problema é que minha vida é completamente sem graça e vazia, quando eu tento voltar o olhar pra ela só fico mais deprimido ainda (por isso eu preciso de mecanismos de escape). E além do mais eu não tenho nenhuma disposição/força de vontade em focar nas minhas coisas ou me esforçar pra de alguma forma tornar a minha vida um pouco menos desinteressante; na verdade, esse é um dos principais motivos pelos quais eu quero simplesmente morrer de uma vez, eu sofro de uma falta de disposição imensa e saber que eu vou ter que passar o

resto da vida me esforçando (provavelmente me esforçando muito mais do que eu me esforço agora) caso eu queira ter qualquer coisa me deixa extremamente angustiado.

- Caso eu tivesse uma arma carregada aqui eu me churrascaria nesse exato momento, igual eu disse que faria antes de ontem, tudo por conta da foto que eu vi ontem. Eu sei que essa "decepção" que eu estou sentindo é algo extremamente comum e que talvez a maioria das pessoas já passou por isso e nem por isso pensaram em churrasco, na verdade eu próprio não pensaria em churrasco caso algo assim tivesse me ocorrido no passado (eu ia ficar mal, mas nem cogitaria tirar minha vida); entretanto, o problema é que eu já estou mal faz muito tempo e coisas como essa foto são apenas um empurrãozinho.

- O meu padrão sempre foi ser preguiçoso e procrastinador, mas o que eu estou passando hoje em dia torna isso dez vezes pior: se antes eu simplesmente me distraia com outras coisas ao invés de cumprir minhas obrigações e ser produtivo, hoje eu sequer consigo lembrar das obrigações porque o meu foco está inteiramente voltado pras minhas aflições - e o pior de tudo é que eu não quero mudar, eu não sinto vontade de desviar o meu foco e se alguém me sugerir tentar parar de pensar nisso eu chego a sentir raiva da pessoa, tudo o que eu queria é que as coisas que me afligem fossem solucionadas, que alguma coisa acontecesse, não que eu deixasse de me importar (já disse isso várias vezes mas vou repetir: eu NÃO quero parar de ligar). Além de tomar todo o meu foco, esses sentimentos negativos (preocupação, ansiedade, angústia, revolta, etc) também consumem toda a pouquíssima disposição/força de vontade que eu tenho, o que torna a realização de obrigações algo ainda mais árduo e insuportável (até mesmo as coisas mais simples). O maior problema nisso tudo é o fato de eu ter obrigações a cumprir e precisar cumpri-las logo, se eu fosse 100% desocupado isso pelo menos não seria um problema; e eu não tenho condição nenhuma de cumprir com os meus deveres (mesmo sendo poucos e eu tendo todo o apoio da minha família, além de também possuir todos os meios necessários pra cumpri-los), a minha situação é desesperadora e sem saída, só de pensar em deixar essas minhas preocupações de lado eu já entro em pânico, isso é só mais uma evidência de que eu não fui feito pra estar vivo e não mereço estar vivo, eu não me adapto à realidade portanto a realidade tende a me esmagar - mas não se eu próprio fizer isso por ela, e é o que eu pretendo fazer.

- É muito comum que pessoas se espantem com a quantidade de tempo que se passou desde um evento específico no passado que elas se lembram como se fosse recente sintam-se mal com isso; ironicamente, esse tipo específico de pensamento/sentindo não chega a me afligir tanto (minha percepção de tempo é lenta, eu não fico me lembrando das coisas como se fossem hoje), mas não posso deixar de notar que esse problema seria resolvido se a pessoa simplesmente morresse, pois com a morte o passagem do tempo chega a um fim. Sei que isso parece uma solução muito extrema e até ridícula na percepção de outras pessoas mas não deixa de ser uma solução efetiva e definitiva.

- Amanhã ocorre a realização do ENEM e isso me deixa mal porque eu me lembro de ter pago a inscrição da minha ex. Não que eu me arrependa de ter pago a inscrição dela (inclusive, pagar a inscrição foi o meu presente de dia dos namorados, porque nós não tinhamos dado presentes um pro outro e eu me senti meio mal com isso e aí me veio a ideia de pagar a inscrição dela, porque ela me contou que tava passando por um pouco de dificuldade pra arranjar o dinheiro), tanto que após o término ela se ofereceu a me devolver a quantia e eu rejeitei, pois presente é presente; o que me deixa mal é simplesmente a lembrança dela que isso evoca em mim.

05/11/2023

- Acho p***filia algo extremamente repugnante mas não (só) pelo mesmo motivo que a maioria, na verdade eu enxergo esse tipo de coisa como degradante para o próprio p***filo. Para pra pensar, é muito patético um adulto ficar tendo interesse em crianças, o cara ta buscando uma juventude que ele não tem e/ou que nunca superou; não sei nem como colocar isso em palavras mas da um desgosto imensurável pensar na ideia de um cara fisicamente e cronologicamente velho, com vivências, desejos e padrões de pensamentos condizentes com a idade dele, ficar buscando qualquer coisa no mundo infantil, é uma coisa muito esteticamente desagradável, não há harmonia alguma entre uma coisa e a outra. Claro que p***filia também é ruim no sentido de que machuca e faz mal pras crianças (e esse é o motivo pelo qual a maioria das pessoas acha repugnante), mas o que eu estou querendo dizer é que o simples fato de um adulto colocar uma criança como objeto de desejo é algo extremamente humilhante pra aquele adulto; no Japão há pequena uma subcultura de idols infantis (meninas de 9-10 anos) e muitos dos fãs são homens adultos com mais de 30, e eu lembro de ter sentido um desgosto tão grande quando assisti um mini-documentário sobre isso e vi aqueles caras velhos totalmente empolgados e animados com menininhas que até fechei o vídeo - e eles tecnicamente não estavam fazendo nenhum mal pras meninas, mas a mera expressão de interesse deles já é patética e nojenta.

- Realidade brutal: há menos mulheres do que homens entre jovens adultos, portanto necessariamente há alguns milhares de homens que ficarão "sobrando". Diz-se muito por aí que o número de mulheres é maior que o de homens mas isso só é verdade porque elas vivem mais, em média, e o excesso de idosas puxa o total pro lado feminino; já dentre a população na idade reprodutiva, que é o que realmente interessa, ocorre uma escassez de mulher e um excesso de homens - e olha que o Brasil é um dos países onde isso é menos intenso, o nosso sex ratio está abaixo da média global, e ainda assim há ligeiramente mais homens jovens do que mulheres jovens aqui (se já ta ruim aqui imagina em outros países). Isso significa que mesmo que as mulheres não tivessem seletividade nenhuma e aceitassem qualquer parceiro ainda haveria alguns homens que ficariam sós pois simplesmente não sobrou nenhuma moça pra eles; isso nesse cenário hipotético, a realidade de fato é que as mulheres são muito seletivas (independente dos critérios delas de

seletividade fazerem sentido ou não) e que boa parte da população masculina ta competindo entre si pra serem "selecionados" - junte isso a escassez demográfica de mulheres jovens e você chegará a uma conclusão bem pessimista quanto as perspectivas de relacionamento do homem comum e perceberá que ser "incel" é muito mais comum e esperado do que se imagina (o excepcional é justamente não ser um). Levemos em conta, também, que muitos dos homens que estão competindo e correndo atrás possuem os mais variados atributos com os quais você simplesmente não consegue se equiparar (seja aparência física, status, dinheiro, carisma, capacidade de proporcionar fortes emoções, etc) - em outras palavras, há muitos e muitos homens por aí que são definitivamente melhores do que você (seja em uma ou duas áreas ou em tudo mesmo). Agora para pra pensar: a mulher naturalmente já é menos carente e menos necessitada dessas coisas, há um constante número excedente de homens jovens, esses homens jovens estão buscando correr atrás da mulher o tempo todo e muitos deles estão acima de você em quase todos ou todos os aspectos - juntando tudo isso fica óbvio que o homem comum não deveria ter expectativa nenhuma de ser feliz nessa área dos relacionamentos, e se acontecer é porque ele é muito sortudo. Sei que isso soa como papo de amargurado/fracassado mas é apenas a realidade, são fatos, estatísticas, observações críticas, etc; eu não queria que isso fosse verdade mas é. E o pior é que nem da pra tirar a conclusão de que os homens deveriam passar a se contentar em ficar sozinhos porque infelizmente a maioria deles sente uma necessidade intrínseca por uma parceira (claro que o fato da cultura e da mídia colocarem relacionamentos em um pedestal piora isso mais ainda), então nem há pra onde correr, não há solução pra esse problema (além do churrasco, é claro). Também sei que é fácil sair na rua e ficar com a percepção de que não há um excedente de homens jovens e que a grande maioria dos homens não tem dificuldade em arrumar uma parceira, até porque eu tinha essa percepção também; mas a verdade é que boa parte dos homens simplesmente é invisível aos olhos da sociedade (principalmente os que fracassam), é daí que essa percepção vem.

- Um dos gatilhos mais aleatórios de lembranças da minha ex é o tempo meteorológico, ultimamente tem acontecido com muita frequência de eu olhar pras nuvens/pro céu e ficar me lembrando que o tempo estava parecido em algum determinado momento que eu estive com ela (não necessariamente no presencial). Isso passa longe de ser o único gatilho aleatório ou mesmo de ser o mais aleatório, mas julgo que é o mais absurdo deles pois o tempo meteorológico é algo que pode me remeter a literalmente qualquer coisa (não é como se dias ensolarados, chuvosos, frios, quentes, nublados, etc só tivessem começado a acontecer depois de eu tê-la conhecido); isso prova que eu realmente estou obcecado pela minha ex em um nível doentio, pois de todas as coisas possíveis o meu cérebro insiste em só ficar fazendo associações a ela.

- A minha ex não tinha obrigação nenhuma de ter ficado comigo e ela não me deve satisfação de absolutamente nada e ela também não é responsável por como eu me sinto, eu não tenho direito algum de querer cobrar qualquer coisa dela (principalmente agora que ela já tem outro). Entretanto, eu estou sofrendo muito com tudo isso e o sofrimento só piora cada dia, então qual seria a

solução? Pra mim, a solução mais óbvia é o churrasco, afinal de contas isso só vai afetar a minha própria vida e não a dela, vai fazer com que a dor pare de uma vez por todas e ninguém vai ter moral pra querer me impedir tendo em vista que essa é uma decisão que diz respeito unicamente a mim - afinal de contas, se ela tem direito sobre a vida dela eu também tenho direito sobre a minha e eu posso tira-la se eu quiser. Eu sei que a decisão de me churrascar irá causar dor a muita gente, mas do mesmo jeito que a minha ex não é responsável pelo o que eu sinto eu também não sou responsável pelo o que os outros vão sentir em relação a mim - é triste mas é a realidade.

- Lembro que tive de ler o livro A Culpa É Das Estrelas pra escola quando eu estava no ensino fundamental e eu me esqueci da maior parte da história porém me lembro bem claramente de uma passagem onde é dito que não deveríamos nos preocupar em sermos esquecidos pois um dia todos serão inevitavelmente esquecidos, incluindo figuras como Cleópatra e Aristóteles; eu discordo disso, pois por mais que supostamente venhamos a ser todos esquecidos é inegável que algumas figuras demorarão mais a ser esquecidas e o número de pessoas que os guardarão na memória será maior, e eu considero isso melhor do que ser esquecido mais rápido e lembrado por menos gente. Na verdade, grande parte da minha ânsia gira em torno de ser esquecido, principalmente no que diz respeito a minha ex terminar comigo e agora estar com outro; entretanto, não é apenas ser esquecido por ela (isso eu já fui, e dói mesmo), é uma sensação de ser esquecido por todos, eu não sei explicar qual o embasamento que a minha mente cria pra isso mas é um sentimento pelo qual eu passo constantemente e que antes era tolerável mas se tornou insuportável após minha ex terminar comigo. Eu quero muito ser lembrado e quero que as pessoas falem de mim por algum tempo, quero que me analisem, quero que façam perguntas sobre mim, quero que me tenham como referência de algo, quero que pensem em mim e quero que seja um número minimamente razoável; eu sei que isso soa extremamente mesquinho, fresco e supérfluo mas é exatamente assim que eu me sinto e estaria mentindo se dissesse que não.

- Eu sinto um pouco de inveja de pessoas como aquele Cadu Castro (supostamente espancado até a morte após uma falsa acusação de est***o, mas há quem diga que ele morreu de overdose) e o Ronnie McNutt (se churrascou em live com um tiro de escopeta após a namorada terminar com ele e ele perder o emprego), pois apesar de estarem mortos eles ganharam uma notoriedade considerável e muitas pessoas (pessoas que eles nem sonhavam em conhecer) não só continuam se lembrando deles até hoje, anos após suas mortes, como também continuam a falar sobre eles e até produzir conteúdos baseados nos mesmos - e, sim, provavelmente eles vão acabar se tornando esquecidos igual todo mundo com o passar dos anos, mas o pouco de notoriedade que eles ganharam já os torna excepcionais em relação à grande maioria das pessoas (vivas e, principalmente, mortas), e isso pra mim já é bastante "invejável" (eu não consigo concordar com a mentalidade de que "todos vamos morrer e ser esquecidos mesmos, então não faz diferença ser esquecido mais cedo ou mais tarde", eu gostaria mas não consigo, continuo achando invejável ser lembrado por mais tempo). O irônico é que se continuassem vivos eles muito provavelmente nunca atingiriam nem um décimo da notoriedade que eles atingiram através de suas respectivas mortes; isso me

leva a refletir sobre como eu acharia muito mais preferível ganhar fama e notoriedade por algo ruim acontecendo comigo do que estar vivo e em paz porém esquecido e anônimo (não que eu possa escolher muito, afinal de contas eu atualmente sou esquecido/anônimo E não tenho paz, então estou pior do que ambos os cenário). Eu sei que essa é uma linha de pensamento extremamente doentia e desequilibrada mas é exatamente assim que eu penso, eu sou doente mental mesmo e não vou negar (e pelo menos eu não estou dizendo que invejo pessoas que ganharam notoriedade por fazer mal contra terceiros, tipo serial killers ou mass shooters).

- Emoção e Razão são carne mas a Vontade é espírito.

- Ter declarado guerra contra o Brasil foi de longe a melhor coisa que Solano López fez em prol da população masculina do Paraguai. O resultado disso foi que mais da metade deles morreram (morte = fim do sofrimento, incelismo, betismo, etc) e ainda por cima morreram de forma dramática (ao invés de uma morte medíocre, por doença ou velhice), já os que sobreviveram puderam desfrutar de um excedente considerável de mulheres (e se há abundância de mulher então não há sofrimento). Todo homem paraguaio saiu ganhando de uma forma ou de outra.

- Eu gostaria de poder churrascar um ou mais pedófilos antes de me churrascar, não por eu necessariamente ser moralista e querer defender as crianças mas principalmente porque pedófilos são universalmente odiados e churrasca-los seria uma ótima forma de externalizar agressão sem ser julgado negativamente e sem eu sentir peso na consciência. Já pensou ser lembrado como um autor de massacre mas suas vítimas serem todas pedófilos ou gente desse nível? Isso seria ótimo, você não só teria o prazer de estar na posição de colocar fim em vidas alheias como seria, talvez, até considerado um herói por isso (e eu adoraria muito ser considerado um herói). Além do mais, eu também acho a pedofilia algo extremamente repugnante, é muito degradante e humilhante pra um adulto colocar uma criança como objeto de desejo e alguém que se permite ter esses desejos é um total sub-humano. Entretanto, creio que as chances de algo assim ocorrer são baixas, encontrar um único pedófilo (que seja confirmadamente pedófilo) já seria difícil, encontrar vários reunidos em um lugar só já é quase impossível; mas não custa sonhar (enquanto ainda posso).

- Eu sou Arte.

06/11/2023

- É bom que não haja chances realistas da minha ex querer voltar pois se ela quisesse eu estaria muito tentado a aceitar, só que aceitar não seria uma boa ideia já que ela deixou claro que não ela é uma pessoa adequada para relacionamento sério (pelo menos comigo, não sei com outros) e além do mais ela ganhou uma certa fama de rodada e isso só faria eu ser ainda mais zoado - mas eu aceitaria mesmo assim, eu sou obcecado com ela, esse é o grande problema. Por outro lado, se eu conseguisse negar eu iria me sentir muito mal também porque eu nem teria do que reclamar depois, eu continuaria sentindo

falta dela mas nem poderia falar nada afinal de contas a oportunidade de voltar pra ela apareceu e eu a rejeitei; então, o grande problema não seria nem a tentação em si mas a própria escolha. Ainda bem, de certa forma, que eu não tenho essa escolha.

- Muitas vezes, tornar-se conhecido e ganhar notoriedade possui pouca ou quase nenhuma relação com o mérito de uma determinada pessoa; eu gostaria que os meus pensamentos, ideias e sentimentos se tornassem conhecidos e divulgados (e a minha pessoa também) mas tenho ciência de que se eu apenas sair por aí publicando-os e divulgando-os eu não iria nenhum grau considerável de atenção (afinal de contas, não só é uma escrita enfadonha e carregada, chata de se ler, como também não é tão original assim, eu não sou nenhum gênio e não trago nada de novo; há vários outros caras por aí publicando suas obras e seus pensamentos, muitos inclusive mais merecedores de reconhecimento do que eu, e "flopando" mesmo assim, eu acabaria sendo apenas mais um). Por outro lado, acho essa realidade uma benção já que é justamente esse tipo de dinâmica que me permite ter uma chance de ganhar reconhecimento no futuro, pois eu só precisaria fazer algo de inusitado e excepcional nas ocasiões (hora, lugar, etc) certas e pronto, eu iria viralizar e isso geraria nas pessoas interesse pelo o que eu tenho a dizer - e é extremamente isso uma das coisas que eu pretendo ao me churrascar (caso eu me churrasque), por isso faço questão de me preparar e quero que ocorra de forma dramática e que seja tudo registrado e depois divulgado. Se eu tivesse de escolher entre ser reconhecido por alguma bobagem que eu fizer e pelos meus pensamentos mesquinhos ou dar lugar pra que outra pessoa que realmente tem algo de importante a contribuir para com a humanidade seja reconhecida eu sem dúvidas escolheria a primeira opção, meu ego me torna uma pessoa doente e imoral ao ponto de que eu privaria a humanidade de um determinado avanço só pra que os holofotes se voltassem pra mim.

- Eu possuo três planos: o primeiro consiste em me churrascar por volta dos 30 anos após ter conquistado uma série de coisas na vida e ter feito algo grandioso (talvez a própria forma como o churrasco seria realizado e seu contexto), que me traga notoriedade (essa ideia me surgiu pela primeira vez aos 19 anos, eu não estava me sentindo triste e angustiado na época mas cheguei na conclusão de que não valeria a pena continuar vivo se fosse pra envelhecer e decair; era algo muito mais impessoal, teórico e filosófico do que é agora, parecia uma coisa distante no futuro); o segundo plano consiste em me churrascar dentro de alguns meses (possivelmente até o final do ano), tive essa ideia dia 19 de outubro de 2023 e foi o que me levou a iniciar esse diário, a intenção é colocar fim na minha vida o quanto antes pra acabar logo com a agonia insuportável que eu passei a vivenciar nos últimos tempos mas me permitindo ter algum tempo pra deixar registrados meus pensamentos e emoções (como se fosse um pequeno legado) e também me preparar pra que a minha morte seja algo notório e que seja divulgada após eu me ir; o terceiro plano seria me churrascar nesse exato momento, eu só iria avisar umas poucas pessoas, deixar meus escritos visíveis pra todo mundo (mesmo estando incompletos) e tirar minha vida da primeira forma que eu encontrasse, essa ideia surge na minha mente em momentos que a agonia se torna

incomensurável e eu não consigo pensar em qualquer outra coisa além de fazê-la parar. Se por algum motivo o meu estado de espírito der uma melhorada ou pelo menos continuar como está nesse exato momento em que escrevo eu buscarei me ater ao primeiro plano (e eu torço muito pra que isso aconteça), caso eu volte a piorar seguirei um dos outros dois caminhos.

- Uma das coisas que torna a juventude algo tão especial e invejável é a capacidade quase ilimitada de transformação e recomeço que ela proporciona ao jovem - e quanto mais jovem ele for maior é tal capacidade. Eu sinceramente sinto dificuldade de zoar qualquer pessoa com menos de 18-21 seja por qual motivo for pois tal pessoa sempre dispõe da possibilidade de melhorar, dar a volta por cima e surpreender a todos (incluindo até coisas como a aparência física, quem é feio com 14-15 anos ainda tem uma esperança plausível de ficar bonito com vinte e poucos; já quem é feio com 24 - a minha idade atual - não possui perspectiva de melhora, você poderá no máximo manter por alguns anos aparência que você já possui mas o que te aguarda a longo prazo é só decadência). Por isso eu tenho esse sentimento tão forte de que o seu auge como pessoa situa-se, a grosso modo, entre os 18 e os 30 anos de idade (mais provavelmente entre 18 e 25 ou mesmo 18 e 23); por mais que tecnicamente nada te impeça de mudar e se transformar após esse período (ainda mais nas condições socioeconômicas de hoje em dia) os nosso relógios biológicos começam a pesar e uma das formas que isso se manifesta mais visivelmente é o envelhecimento bio-fisiológico (por mais que você esteja conservado você já não é a mesma coisa, o envelhecimento bio-fisiológico é algo tão intrínseco e generalizado que até em nível celular ele faz evidente, seus telômeros estarão encurtados em relação a como eles estavam no passado - é possível que uma pessoa de trinta e poucos, poe exemplo, pareça mais nova mas nunca será realmente igual a uma de vinte e poucos, essa expectativa é utópica). Claro que ainda há razões pra se continuar vivendo após a o fim desse "auge", como é o caso de quem se reproduziu/passou a genética adiante e precisa de criar os filhos ou o de quem vive por uma causa maior (mas genuinamente viver por algo maior é raro, muitas pessoas apenas fingem pensar assim mas no fundo não passa de escapismo); entretanto, todas essas razões envolvem viver por outras coisas ou pessoas ao invés de viver genuinamente pra si - muitas vezes eu já ouvi falar "tal coisa combina quando você é novo mas em velho fica ridículo" ou "é aceitável um jovem pensar/agir de tal forma mas não um homem velho desses"; esse discurso está enraizado na ideia de que as pessoas perdem o seu valor com a idade e a existência delas só é aceitável caso elas desempenhem determinados papéis e se encaixem em determinados perfis/exigências; claro que a maioria das pessoas não reflete sobre isso mas é exatamente assim que elas pensam, você só é considerado um indivíduo pleno e com direito de viver genuinamente pra si enquanto estiver na juventude (uma lógica bem parecida se aplica à beleza, quanto mais bela uma pessoa é mais considera-se que as coisas combinam com ela, que certos comportamentos são mais toleráveis e que ela não é obrigada a cumprir certos papéis pra ter valor, e vice-versa; lembrando que beleza ta intimamente relacionada a juventude). Não que eu esteja criticando essa linha de pensamento e querendo desconstruí-la, afinal de contas eu penso exatamente da mesma forma (talvez até mais intensamente); estou apenas explicitando que é assim e me lamentando que seja assim.

- Eu não sou misógino (pelo menos não conscientemente) mas acho extremamente compreensível que tantos homens possuam um determinado grau de misoginia, pois é difícil não criar ressentimento ao se deparar com a realidade do privilégio feminino na área dos relacionamentos. A existência do privilégio feminino não quer dizer que não há mulheres que sofram por conta de homens, que sejam maltratadas pelos parceiros, que sejam trocadas, que estejam vulneráveis à violência masculina, que sejam alvo de assédio, etc, é preciso deixar isso claro pois esse é o tipo de objeção levantada pra contrariar a afirmação de que as mulheres são privilegiadas, sendo que uma coisa não contradiz a outra (ambas afirmações são verdadeiras, as mulheres sofrem muitas coisas na mão dos homens e nem por isso deixam de ter privilégios); o privilégio feminino consiste, simplesmente, na realidade de que o poder de escolha das mulheres é incomparavelmente maior que o dos homens e a de que elas tendem a receber um grau de empatia muito maior por parte da sociedade, e as possibilidades de se levar vantagem em cima desse cenário são praticamente infinitas (se elas não aproveitam tais vantagens é porque não se deram conta disso ainda - e ainda bem, pois se mesmo com elas desperdiçando tanto potencial as coisas já estão assim imagina se elas o aproveitassem). Entretanto, eu compreendo que elas não possuem culpa de ter nascido em tal posição privilegiada e por isso não sou misógino; entretanto, acho bem fácil entender como isso leva um homem a cultivar sentimentos de misoginia.

- Após a derrota para os franceses na Primeira Batalha do Marne, em setembro de 1914, o Príncipe Wilhelm (herdeiro do Kaiser Wilhelm II) declarou que naquele momento a guerra foi perdida pela Alemanha e que o conflito ainda iria perdurar por bastante tempo mas qualquer chance de vitória havia deixado de existir; tal lamento baseou-se na previsão de que se os alemães não derrotassem a França de forma rápida e decisiva no início do conflito a Alemanha veria presa em uma guerra de dois fronts (pois também estavam lutando contra a Rússia no oriente), o que levaria um desgaste gradual do poderio econômico-militar alemão e futuramente sua derrota - e foi exatamente isso que aconteceu, passados 4 anos e alguns meses a Alemanha estava se rendendo perante a Entente. Vejo isso como análogo à minha situação, pois por mais que essas questões do envelhecimento bio-fisiológico, da escassez de mulher e da minha falta de disposição não estejam me afetando de forma tão visível e direta atualmente eu consigo enxergar o desenrolar delas no futuro e minha perspectiva é uma extremamente amarga e pessimista, do mesmo jeito que o Príncipe Wilhelm sabia que aquela derrota no Marne mal arranhou a máquina de guerra alemã e que os alemães continuariam a lutar por anos mas as chances de vitória estavam acabadas; diz-se muito para pessoas como eu que nossos problemas estão quase todo apenas em nossas cabeças e que estamos nos preocupando demais com coisas que ainda não aconteceram mas a realidade é que muitas vezes nossas preocupações possuem bastante fundamento e irão se concretizar.

- Meu pai ta com uma marca na orelha que dizem ser sintoma de que a pessoa vai sofrer um infarto (sinal de Frank). Seria irônico ele morrer logo agora, também seria muito triste e mais um motivo pra eu fazer churrasco - por outro

lado também seria positivo no sentido de que é uma pessoa a menos pra ficar destruída por eu morrer. Enfim, espero que não seja nada.

- Dizem que a pessoa deve ser resiliente, deve resistir aos problemas, deve perseverar, não pode desistir, tem que continuar vivendo, etc; eu até concordaria caso houvesse uma recompensa no final disso tudo (uma recompensa proporcional ao tempo e intensidade da sua angústia), mas não há, então qual é o sentido? Pra que se motivar a ficar vivendo sendo que a longo prazo nada vai mudar pra melhor? Se houvesse um pote de ouro no final do arco íris eu concordaria que é bobagem pensar em se churrascar já que há a opção de perseverar e ser recompensado por isso; mas não há, então se forçar a continuar vivo só servirá pra prolongar o seu sofrimento.

- Eu sinto muita inveja de pessoas que vivem nas grandes capitais (principalmente Rio e São Paulo) pois elas estão geograficamente próximas de boa parte de suas amizades virtuais, talvez a maioria; bastava eu ter vivido minha juventude em uma capital que eu já teria um círculo social garantido - hoje em dia, entretanto, nem adianta mais pois ainda que por algum motivo eu passasse a morar em uma metrópole hoje mesmo eu já estou velho demais pra viver essas experiências. Minha é uma dessas que possui o privilégio de viver perto das amizades virtuais, eu a invejo muito por isso e até me sinto um pouco ressentido.

- Pensar nas inúmeras possibilidades a serem exploradas que a existência nos proporciona eu só consigo sentir tristeza e angústia por saber que não poderei vivenciar quase nenhuma delas (e, principalmente, não terei como fazer isso no pouco tempo de juventude que me resta, e só vale a pena vivenciar as coisas na juventude).

- Muitas vezes saber algo que as outras pessoas não sabem nos proporciona uma sensação de controle, gera calma, confiança e até mesmo um certo sentimento de superioridade; eu me sinto mais ou menos assim em relação à possibilidade de me churrascar, pois sou que determinarei a hora e a forma como eu me irei, isso faz eu me sentir bem - de certa forma me sinto até protegido contra os sentimentos negativos, pois eu já sei que tenho pra onde correr caso eles se tornem insuportáveis. Eu preciso o quanto antes arrumar logo um meio pra que eu tenha a possibilidade de me churrascar a literalmente qualquer minuto, isso me trará muita segurança.

- Fui na academia hoje mais cedo começou a tocar uma versão remixada de uma música que a minha ex havia me mandado no início do ano ("Best Friend", do Foster The People), isso foi um gatilho muito forte de lembranças dela e agora eu estou me sentindo extremamente triste e inconformado. Essa sensação é simplesmente horrível e me dói saber que ela ainda vai se repetir amanhã, depois de amanhã e assim por diante.

- Eu tenho uma sensibilidade bastante aguçada e associo sensações bem específicas a cada momento específico da minha vida (como se fosse uma atmosfera própria), e eu adoro ser assim. O grande problema é que eu tenho deixado de ser assim (principalmente após o término com a minha ex, de lá pra

cá eu só tenho me sentido ou anestesiado ou angustiado) e eu sinto que essa "magia" que eu sinto tanto tão não vai voltar mais - e se voltar, eu de certa forma sinto que é inapropriado e indesejável eu sentir essas coisas estando já velho, não sei o motivo mas é assim que eu me sinto. Essa perspectiva deprimente, essa perda de sensibilidade, é um dos principais motivadores para o meu churrasco.

- A minha grande questão é que eu não consigo enxergar uma melhora, eu não consigo conceber como as coisas poderiam melhorar (claro que eu sou capaz de imaginar cenários onde acontece coisas boas comigo, mas o que estou dizendo é que imagina-los não me causa alegria e esperança). Se eu estivesse passando por um momento difícil mas eu conseguisse imaginar as coisas sendo diferentes e enxergar uma possibilidade futura delas mudarem pra melhor aí, sim, realmente faria sentido eu perseverar e fazer de tudo pra evitar o churrasco; o grande problema é que eu não consigo mais ter essa perspectiva, eu vivo envolto no sentimento de que tudo acabou (não sei apontar exatamente o que acabou, mas o sentimento está lá), de que eu nem existo mais e estou presente apenas como um fantasma, de que me tornei 100% irrelevante e esquecido, etc - isso está diretamente associado ao incômodo que sinto com o processo de envelhecimento, eu também sinto que já estou velho demais pra viver qualquer outra coisa de excitante.

07/11/2023

- Novamente estou em um estado no qual eu me churrascaria nesse exato momento se eu pudesse, tudo por conta da falta dela que estou sentindo; é um sentimento insuportável e eu não consigo enxergar qualquer melhora pra isso (a única solução seria voltar no tempo e de alguma forma fazer com que ela tenha uma atitude diferente, só que isso obviamente é fora da realidade), então pra mim o churrasco parece uma decisão bem óbvia e racional. Hoje é dia 7 de novembro de 2023 e falta apenas 5 dias pra completar 4 meses de término, a dor só piorou ao invés de sarar com o tempo; também falta 15 dias pro dia 22, quando irá fazer um ano que começamos a nos falar, a dor que essa lembrança me causa é indescritível. Eu gostaria MUITO de ter uma arma carregada aqui só pra poder ter uma morte instantânea, eu não aguento mais isso.

- Me churrascar agora mesmo não é algo que me geraria arrependimento no futuro (no sentido de que eu não iria olhar pra trás e pensar "poxa, ainda bem que eu não me churrasquei naquele dia, seria uma decisão boba no calor do momento"), a vontade imediata de churrasco pode acabar passando mas o objetivo geral permanece: se eu não me churrascar agora eu irei me churrascar no futuro, então fazer o ato agora só iria apressar um pouco o que já ia acontecer de qualquer forma. Inclusive, não fico pensando "ainda bem que eu não me churrasquei semana passada, foi só esperar um tempinho que a vontade passou".

- Eu quero muito arrumar logo um jeito de me churrascar e é agora. Infelizmente eu não tenho uma arma carregada aqui e não estou perto da máquina de cortar madeira com a qual eu pretendia cortar minha cabeça, eu poderia pular do último andar da minha casa mas não quero fazer nada envolvendo altura, eu poderia também meter uma faca na minha garganta mas eu agonizaria demais se fosse assim (talvez eu mereça agonizar, entretanto); a opção "menos pior" que me sobra é enfiar minha cabeça debaixo da roda de um caminhão ou ônibus, mas isso também parece ser agoniante e demorado demais. Estou saindo de casa agora, se for o jeito eu tento fazer isso de colocar a cabeça debaixo de uma roda, ou quem sabe na hora até me aparece uma forma melhor de me churrascar. Eu não estou afirmando com toda certeza que eu vou realizar o ato, mas há uma chance considerável de eu não estar mais vivo até o anoitecer. Se eu for fazer mesmo vou deixar isso aqui público e botar pra destacar.

- Existe, teoricamente, a possibilidade de eu logo conhecer uma moça que seja ainda melhor que a minha ex e me proporcione experiências ainda mais emocionalmente marcantes e intensas; confesso que se eu tivesse certeza de que isso iria acontecer eu desistiria do churrasco, pelo menos por agora (deixaria isso pra daqui alguns anos). Entretanto, a possibilidade disso não acontecer e de a minha vida continuar nesse marasmo, mediocridade e solidão me afeta muito mais fortemente; então eu prefiro "desperdiçar" a chance das coisas mudarem pra melhor só pra evitar o risco de que elas continuem como estão.

- Vou colocar pra tocar a música "Best Friend" e outras do Foster The People que ela me mostrou no início do ano, as lembranças que essas músicas vão me invocar serão fortes e irão me encorajar mais ainda a fazer o churrasco agora mesmo.

- Essa ainda não é a minha última mensagem e também não confirmei ainda que irei me churrascar de fato hoje mesmo. Se eu realmente for, irei deixar um último comentário confirmando isso de forma clara.

- Uma boa analogia pra como eu me sinto é a de um cachorro de rua que encontra uma família que o acolhe e o faz sentir-se muito querido, deixa ele se apegar bastante mas depois de um tempo o abandona do nada por algum motivo qualquer; sei que é meio chato colocar as coisas assim pois faz parecer que a minha ex tem alguma culpa, que ela tinha obrigação de ficar comigo, que ela é responsável por como eu me sinto, etc e nada disso é verdade, ela não tem nenhuma culpa ou responsabilidade - mas é exatamente assim (como descrito na analogia do cachorro) que eu me sinto. Eu sei que milhões de pessoas já passaram e estão passando pela mesma coisa, mas o fato de ser comum não diminui a minha dor nem um pouco; não é porque outras pessoas aguentam e superam que eu também tenho que aguentar e superar (principalmente a parte de aguentar), eu não sou todo mundo e eu sou fraco.

- Não realizei o ato hoje e nem vou mais realizar (por agora), entretanto a vontade continua pois o sentimento de angústia não diminuiu - só não o fiz porque não disponho de nenhum método rápido e que seja quase infalível.

- Escrevi pouco hoje pois estou me sentindo desestabilizado e sem disposição, mas me ocorreram muitos pensamentos e eu pretendo registra-los logo mais.

08/11/2023

- Sendo sincero, o que eu sinto em relação à minha ex é o único motivo real pelo qual eu estou nessa situação. Sim, eu já pensava em me churrascar desde os 19 anos, mas isso tinha um aspecto muito mais "filosófico" que emocional, eu via o churrasco como algo que só viria a acontecer após mais de uma década e a ideia não estava envolta em emoções negativas; sim, fatores como a repulsa ao envelhecimento bio-fisiológico e o desgosto que sinto em relação à minha própria falta de funcionalidade e meus fracassos me encorajam mais ainda a me churrascar e me conforta pensar que esses problemas irão acabar caso minha vida termine, mas nunca que essas preocupações por si só me levariam a cogitar um churrasco imediato e em contexto de desespero. Eu me dei conta disso ao reparar que em todos os momentos que cogitei me churrascar na mesma hora durante essas últimas semanas (umas quatro ou cinco vezes) a única coisa que eu tinha na cabeça era minha ex, essas outras preocupações (envelhecimento, fracassos, etc) simplesmente sumiam - e os gatilhos que me levaram a tal estado também foram todos relacionados à minha ex. Entretanto, essa constatação não necessariamente me leva a olhar meus planos de outra forma, afinal de contas um churrasco realizado por conta da minha ex ainda é um churrasco, ainda irá sanar as outras questões que me afligem (ainda que elas não sejam a motivação); suponho que, talvez, o tempo cure essa ferida e eu finalmente supere a minha ex, mas se isso acontecer eu ainda continuarei a envelhecer (e provavelmente a fracassar também) e futuramente irei me arrepender de não ter me churrascado enquanto estava me sentindo motivado a fazê-lo (por conta da minha ex).

- Sei que pessoas próximas de mim irão sofrer muito com minha morte e eu sinto muita vontade de dizer a elas que culpem a minha ex por isso ter acontecido; entretanto, eu sei que isso não é certo e que a minha ex não é culpada de nada, o único responsável seria eu - mas não posso negar que me sinto dessa forma, mesmo sabendo que é irracional.

- É insuportável pensar que pra minha ex eu fui só mais um entre vários enquanto ela importa tanto pra mim, isso faz eu me sentir extremamente irrelevante e esquecido. Sim, eu sei que isso é um problema de ego da minha parte (ego frágil, ego ferido, etc), mas estar ciente da natureza das minhas aflições não as torna mais suportáveis. Estou muito frustrado e com sentimentos de impotência por conta disso, eu sinto que ainda falta acontecer algo e isso me incomoda bastante; pode ser qualquer coisa, até mesmo algo que faça mal pra mim próprio, o que eu não suporto é que a situação fique por isso mesmo (eu tentei, por meses, aceitar que foi isso mesmo e superar, mas fracassei).

- Durante o finalzinho de agosto e boa parte de setembro eu, depois de ter passado semanas sofrendo como nunca sofri antes, consegui me "convencer* de que a minha ex não valia a pena, de que ela não era isso tudo, de que ela pisou na bola comigo ao prometer compromisso sério mas terminar depois por qualquer motivo e por isso não valia a pena sofrer por ela, que eu não devia ficar tendo mentalidade de escassez e que era perfeitamente possível encontrar outra moça até melhor do que ela, que eu ia buscar me desenvolver dali pra frente e colocar eu mesmo em primeiro lugar, que eu já havia superado a minha ex, que o término foi apenas um contra-tempo na minha vida, etc; infelizmente era tudo mentira, eu me senti eufórico e "aliviado" por algum tempo mas no fundo da minha mente o "fantasma" da minha ex continuava lá, hoje me dá agonia lembrar de como a minha mudança não havia sido genuína e eu estava apenas me reprimindo - seria muito melhor apenas ter continuado a admitir pra mim mesmo que eu não havia superado. Eu gostaria muito de que essa mudança de mentalidade ocorresse agora mas fosse genuína, infelizmente isso parece impossível pra mim (mesmo já estando próximo de quatro meses de término).

- Eu sinto que pequenos prazeres, como conhecer andar por uma determinada rua pela primeira vez (pra mim, pelo menos, isso é prazeroso) deixam de ter graça se for pra eu tê-los quando eu estiver mais velhos, é como se a idade arruinasse tudo e fosse necessário que eu tenha determinada idade pra aproveitar certas coisas. Não sei exatamente como a minha mente associa uma coisa com a outra, mas recentemente vem acontecido muito de eu ter esses pequenos momentos prazerosos e na mesma hora eles serem estragados por eu sentir que estou envelhecendo e portanto é, por alguma razão, inadequado que eu os tenha.

- Um aspecto talvez positivo nisso tudo (um dos únicos, se não O único) é que em nenhum momento eu tentei barganhar ou insistir com ela pra que ela ficasse comigo, a partir do momento em que ela disse querer terminar eu aceitei instantaneamente; claro que isso não muda o fato de que eu sinto uma falta imensa dela e que estou obcecado por ela e tudo referente a ela me afeta profundamente, mas pelo menos não tornei a humilhação ainda pior. Por outro lado não vejo mérito nisso já que eu tenho a consciência de que não faz sentido querer induzir alguém a ficar com você se a pessoa deixou claro qu não quer ficar com você, então não é como se eu tivesse tido qualquer esforço em evitar tais atitudes.

- Minha mente colocou a minha ex no pedestal de tal modo que literalmente tudo referente a ela, até os mínimos detalhes, acaba sendo "especial" pra mim (no bom ou no mau sentido, geralmente no mau); ver um print dela falando a coisa mais banal possível (tipo "hoje choveu e eu me molhei") já é o bastante pra me deixar pensativo em relação a aquilo, pra ficar imaginando as circunstâncias em que ela estava quando falou aquilo, ficar me perguntando como foi a situação, ficar me lembrando dela quando vejo outras pessoas dizendo algo parecido, etc. O pior é que talvez nem tenha nada de tão especial assim nela, talvez haja muitas e muitas outras pessoas por aí que falam, pensam e falam mais ou menos as mesmas coisas que ela, se comportem mais ou menos da mesma maneira, tenham mais ou menos as mesmas

características; mas a minha insiste em vê-la como especial e parece que isso não vai mudar tão cedo.

- Estar vivendo sem a minha ex me da um desgosto incomensurável, nada mais tem graça e eu não consigo sequer imaginar um cenário de melhora (a não ser, é claro, um cenário utópico onde ela volte pra mim ou, melhor ainda, eu viaje no tempo para o passado e o nosso relacionamento nunca acabe). Não que eu tivesse uma vida focada, produtiva, funcional e excitante antes do relacionamento ou mesmo durante (apesar de que eu melhorei em muita coisa durante o namoro), mas eu pelo menos via graça nas pequenas coisas, eu tinha a perspectiva de coisas boas e interessantes ocorrendo no futuro e eu conseguia deixar meus pensamentos correrem soltos sem temer que eles ficassem o tempo todo me remetendo a ela, que me apresentassem os cenários mais deprimentes possíveis, que ativassem gatilhos de lembranças, etc.

- Eu ainda tenho minha ex no Duolingo, aí sempre que eu faço uma conquista (por exemplo terminar em top 3 na minha liga, completar tantos dias de ofensiva, completar o desafio do mês, etc) e ela aparece entre as pessoas que me deram felicitações eu fico meio "feliz" com isso - esse é o nível de carência e obsessão no qual eu estou, algo equivalente a um "like" vindo dela já está sendo o bastante pra me gerar sensações positivas e, inconscientemente, até me dar alguma esperança (eu não quero me sentir assim, é algo involuntário).

- Minha ex apresenta uma série de traços e características (tanto físicos quanto comportamentais e circunstanciais) os quais eu já via como atraentes/desejáveis desde muito antes de conhecê-la, tanto que eu fiquei boquiaberto em me dar conta de que logo a minha primeira namorada (e provavelmente única) possuía uma combinação de todas aquelas coisas - e não vou entrar em específicos mas são detalhes muito importantes pra mim, que fazem toda a diferença. Lembrar disso me deixa ainda mais desanimado porque eu sei que ainda que eu tente conhecer outra moça ela não vai ter essas mesmas características e isso me deixará muito frustrado (e será sacanagem até com a própria pessoa). E, como já dito anteriormente, eu gostava dessas determinadas coisas desde antes de conhecer a minha ex, então não é caso da minha mente criando uma imagem idealizada dela.

- Eu sinceramente não consigo enxergar uma melhora (tirando cenários utópicos e fantasiosos), mas supondo hipotéticamente que uma melhora ocorra eu creio que seria uma experiência maravilhosa, potencializada pelo constraste em relação ao quão mal eu me sinto agora. Entretanto, não creio que isso ocorrerá, se eu não me churrascar agora é até possível que as sensações negativas diminuam mas no máximo passarei a ter uma vida medíocre e monótona, ainda atormentado pelas más emoções mas dentro de um certo limite que me permita continuar existindo como um npc derrotado - e eu não quero isso, se for pra ter esse tipo de vida é bem melhor fazer o churrasco agora mesmo.

- Eu estava olhando alguns perfis de pessoas que se churrascaram recentemente (eu não estava procurando por esse tipo de coisa, um amigo me

mandou) e reparei que nos perfis de homens comuns há consideravelmente menos reações e comentários do que nos perfis de mulheres. Isso apenas reforça o que eu já sabia: o homem comum é tão invisível que até mesmo o seu churrasco não atrai atenção de ninguém além da família e pessoas mais próximas. Entretanto, não precisa ser assim, e é justamente por isso que eu pretendo construir um legado (por menor que seja) antes de eu realizar o ato e tentar atrair atenção pra mim o máximo possível (o que inclui me assegurar de que o momento da minha morte seja registrado e depois divulgado incessantemente na internet); pelo menos esse objetivo/sonho eu pretendo realizar, vou morrer mas pelo menos não será 100% em vão.

- Agora é cerca de 19:20 do dia 8 de novembro de 2023 e eu estou me sentindo consideravelmente melhor. Entretanto, isso me incomoda, pois quando estou me sentindo "menos mal" eu perco o foco das coisas mais ainda e isso resulta em eu me sentindo ainda pior depois. Eu espero que não aconteça isso, mas estou com medo.

- Voltei a me sentir mal, não tiro a ex da cabeça.

- Hoje eu percebi que apresento muitas semelhanças com o George Sodini: ele deixou suas anotações em forma de um diário, o sentimento de solidão e rejeição que ele vivenciava estava intrinsecamente ligado com a idade avançada dele (algo que eu temo e me preocupa) e ele disse crer que ele ainda vai pro céu mesmo assim pois Jesus Cristo pagou por todos os pecados (algo que eu também creio, talvez eu fale mais sobre isso depois). Entretanto, George Sodini matou pessoas inocentes e isso é algo completamente fora de cogitação para mim.

- Eu sinto saudade extrema da minha ex, chega a ser doentio pois todas as minhas outras preocupações e tristezas parecem se tornar irrelevantes em comparações. Minha maritaca que havia vivido comigo por quase 18 anos, a Loura, morreu dia 4 de agosto desse ano e eu fiquei triste com a perda dela mas nem de longe me afetou tanto quanto a minha ex terminar comigo (sendo que só estive com ela durante alguns meses) - talvez tenha sido o caso de que a falta que a Loura me faz tenha se manifestado como uma intensificação da saudade que sinto da minha ex, mas a questão é a única coisa que realmente se expressa e se faz visível dentro do meu emocional são os sentimentos referentes à minha ex.

- Pra ser bem sincero, há uma única coisa que ainda me da um fiozinho de esperança pro futuro: a chance de conhecer outra pessoa que mexa comigo da mesma forma que a minha ex mexeu (ou talvez até mais). Eu sei que as chances não são boas e que teoricamente não é saudável ter esse tipo de mentalidade ("depender do outro pra ser feliz"), mas é o que é; me sinto ridículo em ter essa pequena esperança, primeiro por ser algo tão tosco e segundo por provavelmente ser apenas uma ilusão (mas eu não controlo meus sentimentos, é algo involuntário). Se tivesse como ter certeza plena de que isso não vai acontecer e que daqui um ano eu vou continuar na mesma posição em que eu estou hoje (solteiro, solitário, celibatário, etc) eu entraria em desespero extremo e tentaria me churrascar de qualquer jeito, perderia o juízo

completamente; é estranho falar isso pois racionalmente eu já cheguei na conclusão de que o mundo dos relacionamentos não é pra mim e que faz muito mais sentido eu me contentar em ficar sozinho, entretanto o meu emocional ainda cultiva essa pequena esperança.

- É notório que apesar disso ter se tornado uma espécie de diário eu quase nunca falo nada referente à minha vida cotidiana (minha relação com meus familiares, meu desempenho na faculdade, trivialidades do dia-a-dia, etc), falo apenas do que acontece internamente comigo (pensamentos sobre a ex, churrasco, preocupação com o envelhecimento bio-fisiológico, etc) e de coisas externas que tenham a ver com isso. Isso se dá em parte por eu não querer expôr certas coisas mas principalmente porque, sinceramente, eu me sinto tão desconfortável com esses assuntos que não quero nem pensar neles (e isso muitas vezes é um problema, pois quanto mais eu evito encara o problema mais eu permito que ele cresça).

09/11/2023

- Outra semelhança entre eu e George Sodini é que ele chegou a ter relacionamentos na juventude e o último que ele teve foi mais ou menos com a minha idade, entretanto após isso ele ficou décadas na solidão - e é exatamente esse o destino que me aguarda se eu não me churrascar agora. Reitero novamente que não me identifico com ele como um todo pois ele matou pessoas inocentes, algo que não cogito fazer em hipótese alguma.

- Acho uma ironia do destino muito desagradável que a idade pro exame do toque seja justamente após os 40 anos, porque a ideia de ser penetrado (mesmo que seja um contexto de exame médico e não tenha absolutamente nada sexual) é ainda mais humilhante e anti-estética quando se é um homem velho (o Jailson Mendes virou meme justamente por conta desse contraste bizarro entre ser um homem velho, calvo, peludo e barrigudo e estar na posição passiva). Não que ser penetrado quando jovem não seja desconcertante também, mas pelo menos não é um conceito tão esteticamente desconfortável de se pensar; na verdade, qualquer comportamento visto como "feminino" é menos embaraçoso na medida em que se há juventude (o que é outra ironia do destino, inclusive muito triste, pois na juventude é justamente quando os níveis de testosterona estão mais altos; na medida que o homem envelhece esses níveis vão diminuindo e ele se torna simultaneamente menos masculino no que interessa - força, vigor, vitalidade, determinação, saúde sexual, composição corporal, densidade óssea, etc - e mais másculo no que não interessa - queda de cabelo, aparência mais envelhecida, pele mais acabada, etc -, isso significa que você só perde em todas as áreas possíveis, o ser humano realmente não foi feito pra envelhecer). Eu não pretendo ser submetido a esse exame do toque, não tanto pela penetração em si mas por eu ver como extremamente inadequado e anti-estético ser penetrado quando se está nessa faixa de idade; ainda bem que já vou estar morto há muito tempo antes desse momento chegar.

- Eu gostaria que eu fosse várias pessoas diferentes, de modo que se eu cometesse churrasco eu poderia de tal modo me fazer responsável por uma perda massiva de vidas sem de fato estar tirando vidas alheias. Na verdade eu já sou várias pessoas, no sentido de possuir mentalidades diferentes em momentos diferentes, mas o que eu gostaria mesmo é que cada uma delas tivesse um corpo diferente; se assim fosse, eu poderia realizar um verdadeiro massacre e ninguém iria poder me chamar de assassino depois já que todas aquelas vidas são eu próprio. Claro que o próprio churrasco (o que é possível no mundo real) já é algo impactante e que chama a atenção, mas quanto maior for o número de vidas perdidas maior será a notoriedade que tal evento terá; é mais ou menos assim que muitos autores de massacres pensam, o grande problema é que na realização de seus atos eles tiram vidas alheias e inocentes e isso é algo completamente abominável pra mim, por isso eu gostaria que fosse possível eu ser várias pessoas diferentes de modo que eu também pudesse provocar mais de uma morte mas sem de fato atentar contra a vida alheia (apenas contra a minha própria).

- Hoje, novamente, eu chorei pensando em minha ex; dessa vez nem houve um gatilho, meus pensamentos simplesmente se voltaram pra ela e eu sucumbi. Ela realmente é insuperável pra mim.

- Eu até consigo pensar em outras mulheres mas apenas de um ponto de vista meio especulativo (sem realmente haver desejo), ou então sinto uma atração bem superficial (as vezes até forçada); não gosto de verdade de mais ninguém além da minha ex e isso ficou mais que evidente pra mim no pós-término, pois eu estou "livre" pra pelo menos pensar em outras e me permitir sentir interesse por outras (ainda mais agora que ela já tá com outro e vai fazer quatro meses que ela terminou comigo) mas só penso nela - e durante o relacionamento era como se outras mulheres nem existissem pra mim, a possibilidade nem passava pela minha cabeça, eu inclusive até evitava ter contato com outras mulheres em rede social caso eu não já tivesse um certo grau de amizade prévia; claro que, por eu estar em um relacionamento naquele momento, isso não era mais que minha obrigação, mas o fato de eu continuar assim meses após acabar tudo mostra que eu não encarava isso apenas como obrigação moral, era espontâneo da minha parte. Ao mesmo tempo que isso é triste eu também vejo essa minha mentalidade de forma positiva, pois creio que significa que apesar de eu ser cheio de defeitos, de eu não oferecer nada de valor pra uma possível parceira (aparência, patrimônio, experiências marcantes, etc) e de haver inúmeros outros homens melhores do que eu em tudo eu pelo menos posso dizer que sou genuinamente fiel. Isso seria um problema se eu fosse tipo que fica perseguindo a ex após o término, que não aceita, que implora pra voltar, que fica tentando manter contato a todo custo, que fica tentando sabota-la, etc mas eu posso dizer de consciência limpa que não fiz nada disso, eu deixei ela em paz desde o momento em que ela comunicou desejar o término; dessa forma, acho que o único prejudicado por isso tudo sou eu, só estou fazendo mal pra mim mesmo - e eu acho isso bom, se eu não estou fazendo mal pra outra pessoa então não podem me culpar de nada. Me pergunto, entretanto, se eu não estou tendo uma visão exageradamente positiva e auto-piedosa de mim próprio ao me ver dessa forma, temo que talvez eu esteja, sim, de alguma forma prejudicando outras pessoas, sendo "tóxico", etc e que essa

minha auto-percepção seja só um mecanismo de enfrentamento patético...não sei, eu espero que não, mas fico com a sensação de que talvez eu esteja errado em tudo no final das contas e não mereça nenhuma compaixão de ninguém, de que talvez eu não tenha literalmente nenhuma característica que me redima, nem mesmo moral.

- Antes da minha ex tudo o que eu queria é ter uma experiência básica com alguma moça qualquer, literalmente só isso; entretanto, quando minha ex apareceu na minha vida ela me ofereceu e proporcionou muito mais do que eu desejava ou sequer conseguisse imaginar, o encanto que eu senti e o contraste que vivenciei são indescritíveis - acho que é por isso, em grande parte, que ela é insuperável; sinto que nunca mais vou dar a mesma sorte que dei entre o final do ano passado e o início desse ano.

- Comparativamente falando, essa minha ânsia de ser reconhecido e comentado (mesmo sem ter nada de importante pra contribuir) não é tão absurda e sem base ainda; digo isso pois me lembrei que o Chris Chan é dez vezes mais patético do que eu e mesmo assim a vida dele é mais registrada e comentada que a de inúmeras figuras históricas de importância imensurável. Claro que o Chris é reconhecido justamente por ser patético, mas dezenas de milhares de outros "manchildren" igualmente ou até mais patéticos do que ele e não recebem um pingo de atenção, o Chris simplesmente deu a "sorte" de estar no lugar certo na hora certa.

- Hoje faz três semanas exatas que eu tive a ideia de cometer churrasco.

- Eu nutria a ilusão de que minha ex nunca fosse terminar comigo por qualquer coisinha pois eu sabia que ela teve um ex e um menino que ela "ficava" na adolescência e que ela só se afastou de ambos porque ocorreram atritos sérios: o primeiro (o ex namorado) era uma pessoa muito instável, desagradável e difícil de lidar (eu conheço mais ou menos o rapaz, então eu sei que ela não estava inventando ou exagerando quando falava dele), e mesmo assim ela ainda continuou com ele por mais de um ano; o segundo (cronologicamente o primeiro) era do tipo que não queria nada sério e a negligenciava bastante, de modo que ela perdeu a atração por isso (eu não conheço esse rapaz então não posso confirmar se foi isso mesmo, mas acredito no que a minha ex me contou). Eu, sem querer puxar a sardinha para o meu lado, passava longe de apresentar ambos os tipos de comportamento, então eu tinha esse sentimento de segurança do qual mais tarde eu vi a me arrepender amargamente; claro que eu não fazia mais do que a minha obrigação como namorado e fazer o mínimo não é garantia de que ninguém vá gostar de você, mas a questão é que ela demonstrava gostar muito de mim no início e estar determinada a ter algo sério comigo, então eu supus que por eu já "fazer o mínimo" não haveria como as coisas estragarem - infelizmente eu estava redondamente enganado, ela inclusive permaneceu menos tempo comigo do que com esses outros dois caras (e possivelmente vai passar mais tempo junta com esse atual também).

- Eu não escolho pensar na minha ex, eu não cultivo esse tipo de pensamento, eles simplesmente brotam na minha cabeça e eu não tenho o que fazer. Muitas

vezes estou ocupado ou distraído com alguma atividade qualquer e a minha ex aparece do nada na minha mente (sutilmente ou não), é extremamente frustrante ter que simplesmente suportar isso passivamente.

- Eu até gostaria de pensar que o problema está na minha ex mesmo e que todas as relações interpessoais dela (incluindo tanto amizades quanto relacionamentos) serão ruins por conta do padrão de comportamento dela, mas evito pensar isso pois caso esse pensamento esteja errado (e provavelmente está, pelo o que eu vejo quase todo mundo gosta dela e ela se da bem com quase todo mundo) eu vou me frustrar bastante e ficar mais amargurado ainda. Acho que, infelizmente, o problema está em mim mesmo.

10/11/2023

- No momento em que acordo os pensamentos referentes a ela já começam a brotar em minha mente, o engraçado é que eles aparecem tão rápido na minha mente que ainda levo um tempo pra me lembrar que eu "deveria" ficar triste com eles (no sentido de que leva um tempinho pra eu me lembrar que ela terminou comigo, que ela agora é minha ex, que ela já tem outro, que ela já me esqueceu há muito tempo, etc).

- Eu concordo que se churrascar é "burrice" quando ainda há esperança, quando o sujeito ainda "tem a vida toda pela frente", quando ainda há perspectiva de melhora, quando a vida de alguém é uma vida satisfatória de forma geral (não só no sentido material) mas ela joga aquilo fora por conta de uma coisa ruim que acontece, etc. Esse, entretanto, não é o meu caso, eu não só estou sofrendo no momento como não consigo enxergar qualquer melhora no futuro, apenas piora, então pra que eu irei ficar vivo? Eu não vou estar jogando nada fora, pelo contrário: estarei impedindo que as coisas piorem mais ainda (os meus fracassos e disfuncionalidades já são bolas de neve e só crescerão com o passar do tempo, envelhecerei bio-fisiologicamente, as chances de conhecer outra moça que me proporcione o mesmo nível de vivências/experiências que minha ex só diminuem, eu não irei superar a minha ex e quanto mais eu me der conta de que isso está no passado mais doloroso será pra mim, etc) - onde está a burrice nisso? Isso é ser racional.

- Eu lembro que no início do namoro eu mostrei essa imagem pra minha ex e comentei com ela que fiquei triste de ver as pessoas na publicação se lamentando que isso as lembra do início de relacionamentos que já terminaram (foi a primeira - e provavelmente única - vez que eu namorei de verdade mas anteriormente eu já havia criado sentimentos por uma moça que eu conheci na internet e depois ela se afastou de mim então eu já tinha noção de como era a dor de um término); eu não lembro exatamente do que ela me respondeu, acho que foi algo tipo "também acho chato esse pessimismo todo". Hoje, chegou a época de eu olhar pra essa imagem e também me lamentar com a mesma intensidade que aquelas pessoas (talvez mais).

- Quando assisti Breaking Bad pela primeira vez eu não gostava do Jesse, eu achava ele muito chato, muito "descoladinho", muito falso moralista, muito emotivo, muito "chimpa", etc, eu gostava muito mais do Walter, do Gus e até mesmo do Todd; hoje em dia, entretanto, eu vejo o personagem de forma bem diferente e sinto muita empatia por ele por conta das decepções amorosas que ele sofreu no decorrer da série. Eu obviamente não me identifico como o Jesse, não sou nem um pouco "descolado" igual ele é, mas quando observo o modo como ele se apaixonou perdidamente tanto pela Jane quanto pela Andrea, se entregou completamente e viveu momentos paradisíacos ao lado de ambas só para perdê-las de forma tão amarga eu não consigo deixar de me enxergar nele nesse aspecto em específico, realmente mexe comigo me lembrar dessas duas subtramas pois hoje em dia eu sei o que é sofrer por amor. Pra piorar, a segunda parceira que o Jesse teve, a Andrea, se parece um pouco com a minha ex na aparência física (inclusive lembro da minha ex dizendo que alguém falou a ela que ela se parecia com uma personagem de Breaking Bad, e essa personagem era a Andrea).

- Na manhã do dia 20 de outubro de 2023 (o dia em que iniciei esse diário, um dia após ter decidido fazer churrasco) eu acordei com a música "Don't Worry Be Happy" na cabeça, acho que por ter ouvido um trecho dela sendo tocado em um carro na rua ou em uma propaganda; coincidentemente, a letra da música tinha a ver bastante com o que eu estou sentindo, por isso fiquei levemente tocado. Entretanto, apesar da letra de tal música ser otimista eu

acho ela muito triste, pois pra mim não faz sentido "não se preocupar, ser feliz" sendo que há motivos pra me preocupar e me entristecer e são motivos irremediáveis. De qualquer forma, gosto dos sentimentos que essa música gera em mim.

- Acaba de me ocorrer um pensamento mórbido que achei até um pouco engraçado: minha ex cursa psicologia, se eu me churrascar mesmo e por um acaso o meu churrasco viralizar e por um acaso esse material que tenho escrito viralizar também é possível que em algum momento ela se veja estudando meu caso. Acho improvável que meu churrasco viralize a esse ponto de virar até caso de estudo formal, mas creio que exista uma pequena chance já que estou fazendo questão de registrar e documentar o máximo de coisas possíveis (churrascos ocorrem todo dia mas churrascos com um prelúdio tão detalhadamente registrados igual o meu não são tão comuns assim). Enfim, se acontecer vai ser engraçado mas se não acontecer ta tudo bem, afinal de contas eu vou me churrascar para por fim no meu sofrimento e não para ganhar fama (eu quero ganhar fama também, mas esse é um objetivo secundário).

- Lembro que na época em que eu estava conhecendo minha ex e manifestamos interesse um no outro eu havia a dito que apesar de eu a achar muito bonita eu nunca imaginei que ela fosse ter interesse em mim, aí ela me perguntou se era porque eu achava que ela só gostava de novinhos cabeludinhos magrelos e eu disse que sim (não lembro do que ela falou após isso). Infelizmente acho que é desse tipo que ela gosta mesmo, o atual dela parece ser exatamente assim (só vi uma foto dele e ele está de costas, então não tenho certeza); temo que ela deve sentir até nojo quando se lembra de que já namorou comigo e se perguntar o que ela tinha na cabeça quando quis namorar comigo - talvez isso seja só neurose minha mas talvez não (de qualquer forma tanto faz, o que realmente importa é que ela não está mais comigo).

- O pior de tudo em ficar pensando tanto na minha ex é saber que ela saiu da minha vida em definitivo, então todos esses pensamentos são completamente inúteis. Como já disse antes, eu não quero pensar nela mas esses pensamentos surgem de forma involuntária. É horrível lembrar de tantas dessas coisas e saber que acabou tudo, que não deu em nada, que ficou por aquilo mesmo, acho difícil conceber um sentimento mais amargo do que esse; se eu continuar vivo, esse sentimento vai se intensificar mais ainda com o passar do tempo pois o aspecto mais doloroso dele é saber que todas essas coisas ficaram no passado, que todas as expectativas que eu tinha eram falsas, e quanto mais no passado isso fica mais doloroso é pra mim - portanto, julgo que é bem me churrascar logo, pra me poupar de vivenciar isso.

- Eu estou, há meses, com o sentimento de que tudo acabou, de que estou no fim e de que não há saída, não vai acontecer mais nada de novo, de que estou fadado à irrelevância, amargura, mediocridade, angústia, etc; falando assim parece relativamente fácil conceber o que eu estou sentindo mas não é, acontece que me falta palavras pra descrever o que realmente se passa comigo e por isso acabo descrevendo de modo superficial. Esse sentimento

não é referente a uma coisa em específico mas a tudo, toda a minha percepção de mundo está em volta nessa sensação de que as coisas "vão ficar por isso mesmo", de que não há mais nada de alegre e excitante a ser vivido (e ainda que tecnicamente haja, a sensação é de que não vale a pena viver essas coisas, de que é inadequado, impróprio, etc - e isso inevitavelmente estraga qualquer prazer que eu possa ter), de que estou completamente esquecido e irrelevante e que sou basicamente um fantasma agora, etc; essa mentalidade acaba contaminando todos os meus pensamentos, da mesma forma que uma fruta podre apodrece as outras frutas no mesmo cesto, e faz com que nada mais tenha graça e significado pra mim. Antes eu não era exatamente feliz mas a sensação que permeava minha percepção de mundo era outra, era otimista, era uma de expectativa pra viver coisas excitantes e alegres no futuro, era uma de que "eu tenho a vida toda pela frente ainda"; isso chegou ao seu ápice de intensidade quando comecei a namorar com a minha ex, eu estava mais eufórico e animado do que nunca, porém após o término isso não só acabou como ficou pior do que era antes e acabei chegando ao estado em que estou agora. Isso está fortemente associado a aquela minha necessidade de ver um significado maior e uma certa profundidade nas coisas mais triviais possíveis para que elas possam ser prazerosas pra mim (ou nem necessariamente prazerosas, mas pra que eu possa no mínimo assimila-las em minha mente), a qual eu já mencionei dias atrás. Eu não suporto estar assim e sinceramente não consigo enxergar como eu poderia melhorar (isso está ligado ao meu conceito de Vontade, que mencionei anteriormente, pois não são apenas minhas emoções que estão "deprimidas" mas também a minha própria Vontade, de modo que eu não "quero" melhorar pois não consigo conceber um cenário de melhora que não seja completamente utópico e fantasioso), por isso a ideia do churrasco soa de forma tão positiva pra mim.

- Eu não escolhi o churrasco de livre e espontânea vontade, não é como se eu simplesmente tivesse decidido acabar com a minha vida "porque sim", não é como se a minha atitude fosse uma de desvalorização da vida e de "tanto faz"; na realidade, eu estou encurralado e diante de duas possibilidades: uma é continuar a viver e com isso continuar a sofrer com emoções negativas, com a bola de neve imensa que meus fracassos e disfuncionalidades se tornaram e com a decadência bio-fisiológica; a outra é me churrascar logo e acabar de uma vez com isso, me poupando de muito sofrimento. Eu não quero me churrascar, eu gosto da vida e eu gostaria que eu ainda pudesse viver uma vida satisfatória pra mim, mas sinceramente não consigo enxergar isso (provavelmente porque não há nada pra enxergar) e acho que o menos pior é acabar com tudo de uma vez; inclusive, um dos meus medos é justamente me faltar coragem e determinação pra realizar o churrasco e, por isso, eu me ver obrigado a continuar vivendo no sofrimento e na mediocridade (é isso que os meus sentimentos em relação à minha ex entram, pois eles são intensos o bastante pra me dar a coragem de realizar o ato de fato - enquanto essas minhas outras preocupações, de aspecto mais existencial e teórico, não são o bastante por conta própria).

- Como disse há pouco tempo, eu me assustei ao ler o diário/manifesto do George Sodini por me identificar com muita coisa ali escrita mas não gostei disso pois ele matou pessoas inocentes e eu não tenho a mínima pretensão de

fazer isso; entretanto, há um outro aspecto do George Sodini com o qual eu também não me identifico e reprovo, que é o fato dele ficar reparando em mulheres aleatórias que ele via por aí e registrando esses pensamentos. Eu sinceramente acho repulsiva a ideia de ficar tendo pensamentos sexuais sobre mulheres com as quais você não tem nada, de ficar reparando no corpo e aparência delas, principalmente quando se trata de homens velhos olhando pra moças muito mais novas do que eles; eu não digo isso, entretanto, de um ponto de vista feminista de que "é errado objetificar" ou do ponto de vista de que isso é imoralidade/depravação, na verdade eu acho isso repulsivo pois sinto que é degradante para o próprio homem que se permite ter esse tipo de pensamento - e quanto menor a chance da mulher que é objeto do desejo sentir atração de volta pelo homem que a deseja mais repulsivo esse conceito é. Eu sinto que ao objetificar uma determinada pessoa você está colocando-a em um pedestal e se humilhando da pior forma possível, por isso também não gosto nem um pouco de prostituição, pornografia e ultimamente não me permito nem mesmo ter pensamentos sexuais referentes ao corpo feminino. É notório que sou obcecado pela minha ex, mas isso ocorre apenas pois em um dado momento ela gostava de mim também (ou pelo menos eu acreditava nisso) e o que me faz tanta falta é esse momento (tanto que não insisti pra ela continuar comigo após ela dizer que queria terminar, afinal de contas pra mim não faz sentido querer ficar com a pessoa se ela deixou claro que não sente o mesmo por você - e é isso que eu desejo com tanta intensidade, ser desejado de volta, viver aquele momento de novo); também é notório que eu comento pouco referente à aparência física dela (apenas digo que ela é exatamente do jeito que eu já desejava desde antes de conhecê-la) e não digo nada relacionado a momentos íntimos, isso ocorre pois eu acharia muito degradante pra mim mesmo falar disso e também sinto que seria um nível muito inapropriado de exposição (eu vivo tendo pensamentos e lembranças referentes a esses momentos íntimos, mas escolho mante-los unicamente na minha cabeça).

- Eu tenho um medo constante de que as pessoas me vejam de forma mais positiva do que eu realmente sou e depois descubram que a impressão delas estava errada e se decepcionem (ou as vezes nem precisa descobrirem, só o fato de ser mentira já me deixa agoniado, eu quero que me vejam pelo o que eu sou - ou até mesmo que me vejam como pior do que eu sou, mas melhor não); eu, por exemplo, me preocupo que a minha aparência nas fotos sai melhor do que ela realmente é pessoalmente e que alguém que me conhece pela internet me veja pessoalmente e se decepcione, também faço questão de pentear meu cabelo de modo que deixe as entradas nele evidentes pois sinto que se eu esconde-las eu estarei passando a falsa impressão de que tenho mais cabelo do que realmente tenho e isso me incomoda muito. Creio que aconteceu algo assim com a minha ex, ela tinha uma imagem positiva de mim no início mas se decepcionou com o decorrer do tempo - e talvez hoje ela até se pergunte como ela pôde gostar de mim (nas poucas ocasiões em que se lembrar de mim, pois provavelmente ela já me esqueceu por completo). Isso está diretamente relacionado com a repulsa que eu sinto da ideia de decadência (algo estar bom mas sua qualidade decair com o tempo...acho isso simplesmente inadmissível, creio que se churrascar pra não passar por isso é uma boa decisão).

- Minha ex me avisou (não em tom de ameaça e muito menos de afronta) no início do relacionamento que ela não sente saudades de nada que ficou no passado e que os sentimentos dela estão todos voltados para o presente, de modo que se por um acaso eu futuramente inventasse de começar a ignora-la pra tentar faze-la sentir saudades de mim isso iria dar errado pois a minha ausência só faria ela me esquecer de vez e pronto; eu não achei que isso fosse ser um problema pois mesmo com todos os meus defeitos sempre busquei ser bastante presente, atencioso e não tinha nenhuma pretensão de ficar fazendo esses joguinhos de manipulação (nem com ela e nem com ninguém) - entretanto, ela acabou terminando comigo da mesma forma, e agora que estou fora da vida dela ela com certeza sente-se completamente indiferente a mim (e isso me dói muito). Lembro que alguns exemplos que ela deu desse comportamento dela foi o de que ela ficou mais de um mês longe da mãe dela e não sentiu nenhuma saudade, e também o de uma situação hipotética em que uma amizade dela de anos simplesmente parasse de falar com ela e ela só fosse perceber isso algumas semanas depois e não sentir nada de mais quanto a isso. O "pior" de tudo, do ponto de vista do meu ego, é que ela provavelmente vai tratar isso e os futuros relacionamentos dela (talvez o atual mesmo) irão começar a dar certo e ir pra frente e ela será muito feliz; isso tecnicamente é uma coisa boa mas o meu ego ferido sofre com a ideia de que ela não deu certo comigo mas dará certo com outros, faz eu sentir que a minha derrota é completa e não tenho nenhuma consolação.

- Em 2022 eu cheguei a me apaixonar por uma moça que conheci na internet após ela deixar claro que tinha interesse em mim também, entretanto ela acabou se afastando de mim por motivos que não vêm ao caso e eu fiquei muito triste com isso, minha auto-estima foi lá embaixo e a carência lá em cima, eu vivi um momento bem patético e deprimente que durou mais ou menos uns dois meses; curiosamente, isso aconteceu na mesma época do ano que estamos agora, entretanto o que eu estou vivenciando agora (também por conta de um interesse amoroso, mas no caso um que eu pode conhecer pessoalmente) é muito pior, muito mais triste, humilhante e angustiante (é como se ano passado tivesse sido a Primeira Guerra e esse ano esteja sendo a Segunda, em termos de magnitude e intensidade). Esse momento ruim chegou ao fim quando conheci a minha ex e graças a isso acabei me esquecendo da outra; esse e outros paralelos entre ambas as situações chegaram a me dar a falsa esperança de que após eu passar alguns meses sofrendo pela minha ex iria aparecer uma outra moça em minha vida e eu superaria a minha ex pra valer e voltaria a vivenciar momentos de alegria, ânimo, euforia, etc, mas agora eu percebo que isso é tudo ilusão e não vai aparecer ninguém, não voltarei a dar a mesma sorte que dei com a minha ex (o que me deixa indignado é que eu não desperdicei essa sorte que eu tive, eu sabia que ela ter aparecido na minha vida foi algo único e análogo a ganhar na loteria, então fiz tudo o que eu podia para evitar que eu de alguma forma estragasse aquilo - mas não deu certo, ela foi embora do mesmo jeito simplesmente porque não sentia mais interesse, não havia o que eu pudesse ter feito).

- Após essa moça da internet que eu conheci em 2022 se afastar de mim eu, após algum tempo, tentei usar o Tinder pra ver se eu esquecia ela por meio de outras e cheguei inclusive a ter um encontro com uma menina; entretanto, eu ainda estava tão apegado na moça da internet que nem cheguei a encostar na menina durante o encontro, sendo que ela queria e após eu ir embora me mandou mensagem dizendo que esperava que eu pelo menos a tivesse abraçado. Naquela época eu ainda era bv e tive a chance de mudar isso mas desperdicei pois eu estava apegado demais em uma moça que eu sequer já havia visto pessoalmente, esse é o meu nível de ligação à pessoa que eu gosto (e eu não estou dizendo que isso é algo positivo).

- A minha mente desenvolveu uma certa "superstição" segundo a qual certas coisas parecidas só ocorrem duas vezes durante a existência, uma após a outra, e depois disso não voltam a ocorrer e eu temo muito que seja o caso com o web"namoro" que tive em 2022 e o namoro que tive com a minha ex pois há bastante similaridades entre os dois relacionamentos e um foi seguido do outro. Eu já enxerguei esse "padrão" em diversas coisas, mas as que estão mais nítidas na minha memória nesse momento são o fato de que os únicos casos confirmados de pessoas sendo devoradas por cobras ocorreram na mesma região (a ilha indonésia de Sulawesi) e foi um seguido do outro (um em 2017 e o outro em 2018), outro são os dois casos até hoje inexplicados de vampirismo (Petar Blagojevic e Arnault Paole) que ocorreram na mesma região dos Bálcãs e na mesma época (século XVIII), e por fim a ocorrência de duas guerras mundiais. Falando agora das semelhanças entre minha ex webnamorada e minha ex namorada: as duas são cariocas e cresceram no mesmo bairro do Rio (apesar de que a web acabou se mudando pra outro estado em 2020); conheci ambas no mesmo ambiente virtual (tanto que uma já conhecia a outra virtualmente antes de mim); o meu web"relacionamento" se iniciou em um dia 28 (28 de maio de 2022) e terminou em um dia 12 (12 de setembro de 2022), da mesma forma que o meu relacionamento de fato começou em um dia 28 (28 de janeiro de 2023, que por sinal foi aniversário de casamento dos meus pais) e terminou em um dia 12 (dia 12 de julho de 2023); quando a minha ex web"namorada" terminou comigo faltava pouco menos de dois meses para o período da faculdade na qual eu estava acabar (iria acabar no início de novembro), quando a minha ex namorada de fato terminou comigo também faltava pouco menos de dois meses para acabar o período no qual eu estava (iria acabar no início de setembro); há alguns outros paralelos mas esses são os principais, foi o bastante pra colocar essa cisma em mim. Ainda falando sobre esses paralelos, de inicio eu fiquei até animado quando os notei pois, se realmente há um padrão real aí, isso significaria que dia 22 de setembro de 2023 (pois eu comecei a falar com a minha ex dia 22 de novembro de 2022, então a data equivalente seria dia 22 de setembro de 2023) eu iria conhecer uma nova menina e sair daquele momento ruim; entretanto, isso obviamente não ocorreu e eu me lembrei dessa teoria de que as coisas só ocorrem duas vezes e coloquei na cabeça que era o caso da minha vida amorosa. Eu sei que isso deve soar pra lá de absurdo e delirante pra quem estiver lendo e estou ciente de que provavelmente há muitas falhas nessa minha "teoria" (a existência de coisas parecidas que ocorreram 3, 4, 5 ou mais vezes; a existência de inúmeras diferenças entre um relacionamento e outro;

etc), mas é algo que entrou na minha mente e não consigo deixar de me preocupar que seja real mesmo.

- Acabo de descobrir que um dos casos que a minha mente usava de argumento pra embasar essa "teoria" de que certas coisas parecidas só ocorrem duas vezes na existência, uma após a outra, e depois não ocorrem nunca mais (e que isso se aplicaria à minha vida amorosa, de modo que não há mais esperança nenhuma de eu ter outro relacionamento bom pois as duas ocorrências disso já passaram), agora contradiz essa linha de pensamento: falo dos casos confirmados de pessoas que haviam sido devoradas por cobras (claro que deve haver centenas ou talvez até milhares de casos assim na história humana, mas estou falando unicamente de casos CONFIRMADOS), originalmente só havia ocorrido dois e ambos foram na mesma região (a ilha indonésia de Sulawesi) e foi um seguido do outro (um em 2017 e o outro em 2018); entretanto, acabo de descobrir que ocorreu um terceiro caso confirmado, foi em 2022 e também na Indonésia mas em outra ilha (Sumatra). Parece algo tão bobo mas fiquei muito feliz com essa descoberta, estou sentindo otimismo e ânimo em ver que pelo menos uma das minhas aflições foi solucionada e me sentir assim ta sendo algo raro hoje em dia.

- Me lembrei agora que frases como "a história ocorre primeiro como tragédia e depois se repete como farsa" e "a história não se repete mas rima" ajudaram a fixar em minha mente essa "teoria" sobre coisas parecidas ocorrerem apenas duas vezes, uma seguida da outra, e depois nunca mais.

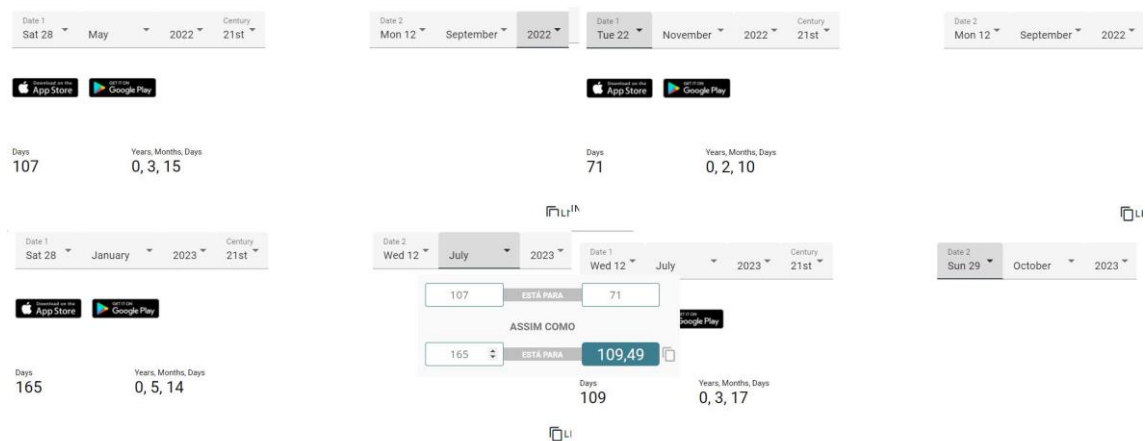
- Acabo de perceber que a minha expectativa de que eu fosse conhecer um novo amor dia 22 de setembro de 2023 caso realmente exista uma espécie de padrão ou ciclo na minha vida amorosa ignora o fato de que o relacionamento com a minha ex durou quase o dobro de tempo que o meu web"relacionamento", então caso esse padrão realmente seja real o esperado era que o tempo de espera seja quase o dobro também; e agora vem o que talvez seja a melhor parte: se o tempo de espera for o dobro, então a data em que irei conhecer um novo amor não é 22 de setembro (que já passou) e sim dia 22 de novembro (que ainda não chegou e, ironicamente, vai ser o dia em que se completará um ano que comecei a conversar com a minha ex). Se isso realmente acontecer vai ser muito mágico e fascinante, agora estou determinado a me manter vivo até o dia 22 não importa o que, quero ver o que vai acontecer; se não acontecer nada, não vou me decepcionar também, já me acostumei com a desesperança mesmo. Um problema com essa nova expectativa que criei é que o meu relacionamento com a minha não durou exatamente o dobro de tempo que o web"relacionamento", foi um pouco menos, então isso significa que o tempo de espera não pode ser o dobro também e que o dia em que eu conheceria um novo amor não deverá ocorrer exatamente dia 22 mas um pouco antes; não sei o que pensar disso, vou tentar fazer umas contas aqui, mas de qualquer forma isso me deu um pouquinho de ânimo.

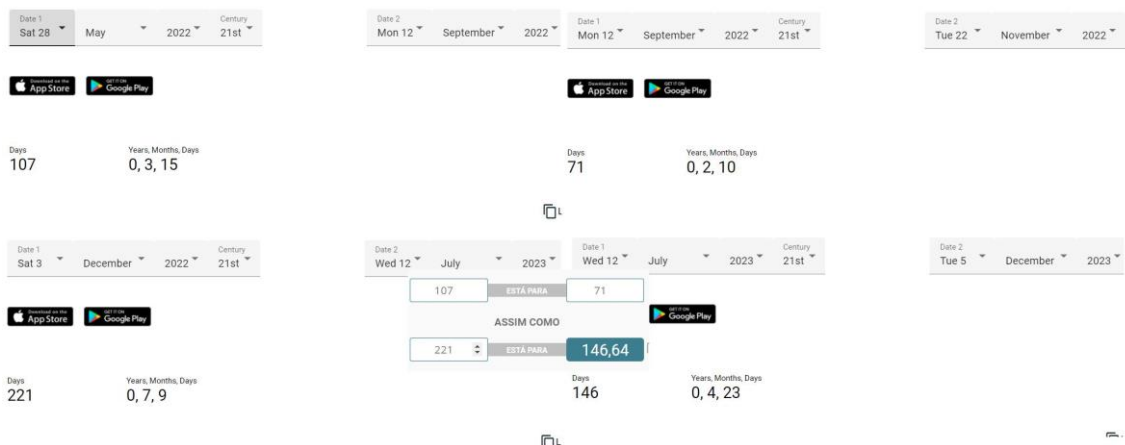
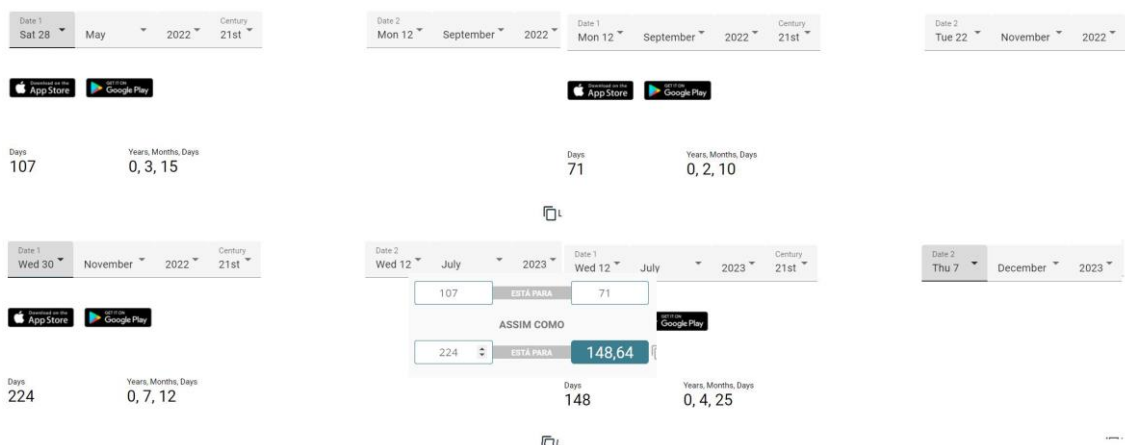
- Fiz os cálculos aqui e infelizmente a data esperada para encontrar um novo amor, caso realmente exista um ciclo, foi dia 29 de outubro de 2023 - e obviamente não ocorreu nada nesse dia. Mas tudo bem...

- Desconsiderei, entretanto, que dia 28 de janeiro de 2023 o relacionamento com a minha ex foi apenas assumido e oficializado (pois foi o dia que nos vimos pessoalmente), sendo que já víamos um ao outro como parceiro desde pelo menos o início de dezembro (pouco tempo desde que começamos a nos falar); se for contar partindo daí o total de tempo de relacionamento será até mais que o dobro do tempo de "web"relacionamento (que de fato só começou dia 28 de maio de 2022, antes disso nós já estávamos conversando um com o outro há meses e as vezes "rolava um clima" mas não era nada próximo das interações que eu tive com a minha ex nos dois meses antes de nos conhecermos pessoalmente), portanto o tempo de espera deverá ser mais que o dobro também e isso significa que a data pra conhecer um novo amor (a data do fim desse período de sofrimento) será posterior ao dia 22 de novembro de 2023. Isso é bem confuso, os paralelos entre um relacionamento e o outro são meio ambiguos e arbitrários, o que conta e o que não conta depende da interpretação pessoal; provavelmente nada disso faz sentido nenhum e não exista nenhum padrão/ciclo, apenas algumas coincidências na qual a minha mente se fixou, mas esse assunto despertou o meu interesse agora.

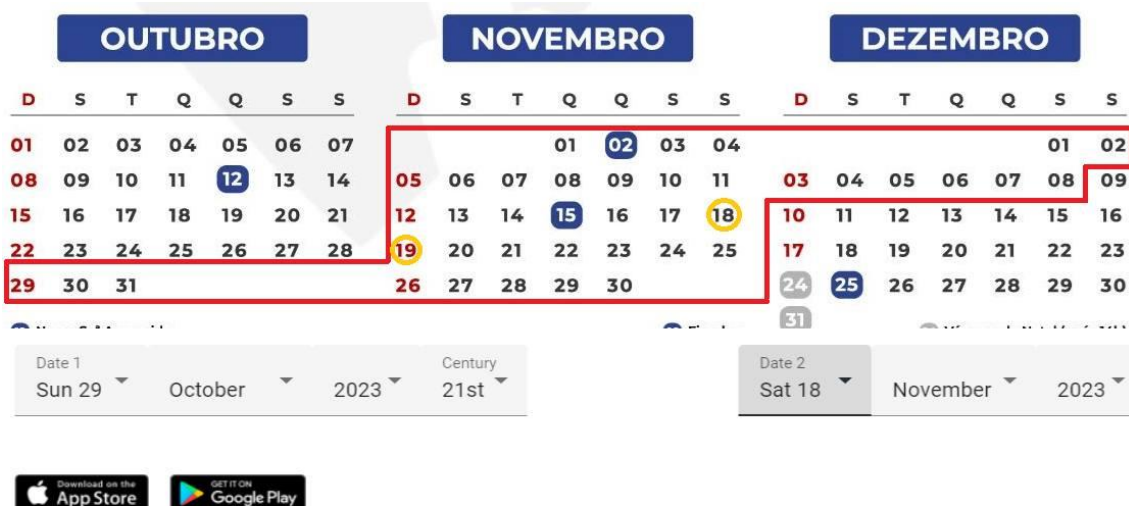
- Eu fui verificar os downloads do meu computador por data e vi que o Discord foi baixado nele dia 7 de dezembro de 2022, eu me lembro bem claramente que nessa época eu e minha ex já estavamos praticamente compromissados um com o outro pois eu baixei o Discord justamente pra assistir algumas coisas com ela. Assim sendo, acho justo colocar o dia 7 como uma das possíveis datas do início do relacionamento (apesar de obviamente não ser a data oficial). Estou usando a data de download do Discord como referência pois não quero olhar conversas antigas pra saber quando exatamente foi o momento que começamos, certamente seria um gatilho dos mais fortes pra mim.

- Outra semelhança entre minha ex web"namorada" e minha ex namorada de fato é que ambos os relacionamentos não só começaram "oficialmente" em um dia 28 como o dia 28 em questão caiu em um sábado em ambas ocasiões.

- Eis os cálculos: partindo da premissa de que o meu relacionamento começou dia 28 de janeiro de 2023 (a data do término e as datas de início e término do meu web"relacionamento", que ocorreu anteriormente, não são contestáveis) e que há a existência de uma espécie de ciclo ou padrão (e que esse ciclo ainda não se findou), era pra eu ter conhecido um novo amor no dia 29 de outubro de 2023, pois esse dia é proporcional ao dia 22 de novembro de 2022 (que foi quando comecei a conversar com a minha ex). Isso obviamente não aconteceu, entretanto eu ainda tenho um fiozinho de esperança: talvez realmente exista um ciclo que não acabou e esse cálculo simplesmente esteja errado em supor que o meu relacionamento começou dia 28 de janeiro de 2023 só por ter sido o dia em que nos vimos pessoalmente e assumimos pra todo mundo, afinal de contas já víamos um ao outro como parceiros de compromisso há pelo menos um mês e meio. Logo mais postarei o cálculo partindo de uma data de início diferente.

- Abri uma publicação aleatória e me dei de cara com dois comentários dela (também aleatórios). Que dor...

- Puxando mais a memória e olhando publicações antigas (que eu me lembro, com clareza, de ter feito em determinados momentos) eu concluí que no dia 3 de dezembro de 2022 eu e ela já estávamos "juntos". Claro que era só web naquele momento, mas como os paralelos estão sendo traçados em relação a um outro "relacionamento" que foi 100% virtual eu creio que é válida a comparação, o importante é haver equivalência e o que eu e minha ex tínhamos no dia 3 de dezembro de 2022 já era equivalente ao que eu e minha ex web"namorada" passamos a ter entre nós a partir do dia 28 de maio de 2022. Assim sendo, se um relacionamento for um retrato do outro e o "timing" for proporcional entre ambos então uma simples conta de regra de 3 indica que, se houve um espaço de 71 dias entre o término do meu web"relacionamento" (dia 12 de setembro de 2022) e o dia em que comecei a conversar com minha ex de fato (dia 22 de novembro de 2022) então o espaço de tempo entre o término com a minha ex de fato (12 de julho de 2023) e o dia em que supostamente encontrarei um novo amor é de 146 ou 147 dias (se o web"relacionamento" durou 107 dias e o espaço de tempo transcorrido até eu conhecer minha ex foi de 71 dias então um relacionamento que durou 221 dias - essa é a duração caso eu comece a contar do dia 3 de dezembro de 2022 - deverá ser seguido por um período de 146.64 dias), isso significa que eu supostamente conhecerei um novo amor no dia 5 de dezembro de 2023 ou dia 6 de dezembro de 2023.

- Apesar do dia 3 de dezembro de 2022 ser um ponto de referência confiável, eu posso afirmar com segurança que antes mesmo desse dia já havia compromisso entre eu e minha ex, pois me lembro bem claramente de que em um determinado dia daquela semana eu perguntei se ela gostava mesmo de mim e pretendia levar aquilo pra frente e ela respondeu que sim e por causa dessa resposta dela eu resolvi deletar uma conta que eu tinha no Tinder (eu nem estava usando aquela conta direito, só deletei pra mostrar que agora eu estava compromissado), e eu tenho certeza que esse dia foi anterior à quinta feira daquela semana (eu sei disso pois uso os horários e matérias da faculdade como pontos de referência), então vou dizer que foi na quarta (dia 30 de novembro de 2022) - pode ter sido talvez até na terça, mas por segurança vou escolher a quarta. Creio ser incontestável que o que eu e minha ex passamos a ter naquele dia (o dia em que eu fiz tal pergunta e deletei o Tinder) já era equivalente ao que eu e minha ex web"namorada" passamos a ter no dia 28 de maio de 2022, então irei utilizar esse dia (30 de novembro de 2022) pra fazer mais um cálculo de regra de 3 simples, segundo o qual o tempo de espera até o dia em que eu supostamente for conhecer um novo amor deverá ser de 148 ou 149 dias (148.64), isso significa que tal data será dia 7 de dezembro de 2023 ou dia 8 de dezembro de 2023.

- Tendo em vista as contas feitas agora pouco, a estimativa mais baixa (a que parte da premissa de que o relacionamento com a minha ex teve início dia 28 de janeiro de 2023) é a de que eu viria a conhecer um novo amor no dia 29 de

outubro de 2023 ou no dia 30 de outubro de 2023 (datas já passadas, no momento em que escrevo isso), já a estimativa mais generosa (a que parte da premissa de que o relacionamento com a minha ex teve início dia 30 de novembro de 2022) é a de que eu irei conhecer um novo amor dia 7 ou 8 de dezembro de 2023 (ou seja, uma data ainda futura no momento em que escrevo isso). Suponho também haver a possibilidade de ser qualquer data compreendida entre esses dois pontos (29/10/23-8/12/23); eu estou atualmente vivenciando esse período, então pode ser que aconteça a qualquer momento (não quero, entretanto, ficar me iludindo, reconheço que o mais provável é que isso seja tudo coisa da minha cabeça e não irá acontecer nada, provavelmente não irei conhecer um novo amor e viver todas aquelas experiências agradáveis novamente).

- Como dito anteriormente, a menor estimativa é a de que dia 29 de outubro de 2023 eu já deveria ter conhecido um novo amor e a maior estimativa é a de que isso ocorrerá dia 8 de dezembro de 2023 e eu inclusive falei que acho ser possível ocorrer em qualquer data entre esses dois pontos (e esse é um período o qual eu estou vivenciando agora mesmo); pois bem, me surgiu a ideia de que talvez isso ocorra (se for pra ocorrer, se essa minha paranoia toda for real, se realmente existir um padrão ou ciclo, etc) exatamente no ponto médio entre as duas datas, e esse ponto médio seria entre os dias 18 e 19 de novembro de 2023 (ou seja, o próximo final de semana se ser esse que se iniciará amanhã). Eu não alimento esperanças mas vai ser muito interessante caso aconteça, pois ambos os meus outros relacionamentos também foram iniciados em um sábado. Vou fazer questão de não me churrascar por seja lá qual for o motivo até chegar o dia 8 de dezembro de 2023 (vai que...), e dou maior ênfase ainda em não realizar o ato antes dos dias 18-19 de novembro (o próximo final de semana sem ser o outro). Acho que essa é uma das minha últimas esperanças, sei que deve parecer extremamente patético pra quem vê de fora mas é o que eu tenho pra me consolar.

- Uma coisa na qual o meu web"relacionamento" de 2022 e o meu relacionamento de fato não possuem nada em comum foi o tempo durante o qual tive apenas amizade com cada uma delas. Com a minha ex web"namorada" eu passei no mínimo uns cinco meses conversando direto até contarmos nossos sentimentos um pro outro, com a minha ex namorada mal levou uma semana de conversa.

- Na manhã do dia 8 de julho de 2023 eu saí para comprar pasta de amendoim e na loja só tinha uma sobrando e estava em promoção, eu comprei sem lembrar de olhar a data de validade e quando cheguei em casa me dei conta de que faltava muito pouco pra vencer (ia ser no dia 12 de julho de 2023). Eu acho curioso o paralelo que há entre essa pasta de amendoim e o meu término, pois na tarde daquele mesmo dia (dia 8, um sábado) a minha ex mandou umas mensagens deixando bem claro que já tava pensando em terminar (me falou que já não estava sentindo as coisas por mim igual antes, que certas coisas que eu disse fizeram ela me achar muito inseguro e fraco, que ela sente necessidade de estar com alguém que ela admire, etc), e no dia 12 de julho de 2023 ela terminou de fato (e esse foi o mesmo dia em que a pasta de amendoim venceu, sem eu ter conseguido comer nem metade dela antes). As vezes me vem na cabeça o pensamento maluco de que se eu tivesse conseguido terminar aquele pote de pasta de amendoim antes do vencimento a minha ex não iria ter me largado, eu sei que isso não tem lógica mas a minha mente cisma com certas coisas.

- Acabo de ver alguém postando sobre Pokemon Go perguntando "alguém ainda joga isso?" e eu me lembrei na hora que a minha ex ficou jogando muito Pokemon Go durante uma certa época aí. Ai que saudade...

- Hoje eu saí pra dar uma corrida e vi um parquinho, isso me lembra de que nos primeiros dias em que eu conversei com a minha ex ela me mandou umas fotos dela andando com uns primos dela em um parquinho perto da casa dela. Essas pequenas lembranças me deixam mal.

11/11/2023

- Pode-se, de certa forma, dizer que há um lado bom em eu estar passando por esse momento pois ele serve pra que eu amadureça emocionalmente e lide melhor com decepções amorosas no futuro...o grande problema é que eu não tenho um futuro amoroso, eu já estou velho demais pra essas coisas, esse relacionamento com a minha ex era como uma última chance pra mim. Se isso estivesse acontecendo comigo durante a adolescência ou pelo menos na época em que eu tinha uns 18-20 anos faria sentido dizer que é um aprendizado, pois pelo menos eu tinha um futuro/perspectiva de futuro no qual aplicar esse aprendizado, mas estar passando por isso aos 24 anos já é tarde demais; claro que ainda há, teoricamente, chances de se iniciar um relacionamento, mas não será a mesma coisa que antes, vai ser algo forçado, robótico, baseado em trocas materiais, sem aquela magia...enfim, algo "adulto" (e eu não quero isso, me falta palavras pra expressar o quanto eu NÃO quero isso).

- Hoje eu acordei com aquelas músicas (as do Foster The People) tocando na minha cabeça de novo e me trazendo lembranças dela o tempo todo, que inferno...

- Eu poderia tentar olhar minha situação "de fora", adotar a perspectiva de que todos esses problemas só estão em minha cabeça, de que eu sofro mais na imaginação do que na realidade, de que a minha mente está criando cismas e me sabotando, etc; entretanto, logo me vem a pergunta: o mesmo não se aplica aos momentos felizes? Se a angústia e o sofrimento são ilusões da minha mente então os momentos alegres e eufóricos também o são, de modo que tudo perde o significado e chegar nessa conclusão me deixará ainda mais deprimido do que antes.

- Dizem muito por aí que a maior parte das nossas aflições e sofrimento estão só em nossa cabeça, que é tudo uma questão de perspectiva, que a nossa própria mente cria problemas inexistentes pra nos sabotar, etc. Ok, talvez faça sentido, mas se isso for verdade então o mesmo não se aplica aos bons momentos? Se a sua mente cria problemas inexistentes e exagera os existentes pra te prejudicar então ela também não pode criar falsas esperanças e exagerar as existentes pra te motivar? Se a sua mente faz com que você sofra muito mais, em um determinado momento, do que realmente deveria estar sofrendo então ela também não pode, em outro momento, te deixar muito mais eufórico, alegre e animado do que seria condizente às condições que você encontra? Se assim for, vamos ter que desconstruir tudo e cair no niilismo de que tudo se resume a impulsos elétricos e reações químicas, de que não há nenhuma profundidade além disso, de que nada possui um significado maior -

e essa é, de fato, a posição que muitas pessoas adotam e sentem-se confortáveis em pensar assim; mas eu não, acho isso dez vezes mais deprimente do que estar sofrendo por seja lá qual outro motivo. Eu penso o oposto disso, discordo que "sofremos mais na imaginação do que na realidade" pois a verdade é que sofremos apenas na imaginação, afinal de contas a imaginação é a única coisa que é de fato real. Tudo o que eu penso e sinto é necessariamente real, caso contrário eu não estaria sentindo e pensando. "Está triste? Não fique" seria um ótimo conselho se o mesmo não pudesse ser dito da alegria e outras emoções positivas (trazendo, portanto, a implicação de que tudo é ilusão). Estar triste é de certa bom pois ao menos você está sentindo alguma coisa, vejo como bem melhor e menos deprimente do adotar uma perspectiva cínica e indiferente em relação aos sentimentos. Eu ODEIO estoicismo com uma intensidade indescritível, sinto vontade de vomitar quando vejo qualquer discurso de natureza remotamente estoica (que muitas vezes são feitos por pessoas que nem ao menos sabem da existência dessa corrente de pensamento).

- Alguns dias atrás eu postei um negócio sobre como certas atitudes, comportamentos, falhas, vacilos, práticas, etc são vistos como cada vez menos aceitáveis e toleráveis na medida em que alguém envelhece; eu acho interessante que apesar disso (essa percepção de idade e do que apropriado ou não) ser tecnicamente um construto social a mesma coisa acontece em nossa fisiologia, pois na medida que envelhecemos o prejuízo pra saúde e aparência física proporcionado por maus hábitos é cada vez mais intenso e mais difícil de se reverter. Um exemplo claro disso é o metabolismo, em qualquer calculadora TDEE o resultado final vai ser inversamente proporcional ao número que você colocar no campo "idade" e isso é verdade mesmo pois o metabolismo diminui gradativamente com a idade; ou seja, quanto mais você envelhece menos você pode se permitir a comer (e dentre o que você come é preciso haver cada vez menos besteira), e o prejuízo que você terá caso fracasse nisso será consideravelmente pior que o prejuízo tido por alguém mais jovem que cometa o mesmo erro. E o metabolismo é só um exemplo, a sua capacidade de construir massa muscular também diminui gradativamente, a tendência a acumular gordura aumenta, a flexibilidade e velocidade decaem, a capacidade de se recuperar de coisas como noites mal dormidas e o consumo de álcool já não é mais a mesma, etc. Uma coisa é o reflexo perfeito da outra, brutal.

- Ainda que eu não me churrasque por agora eu acho bom já ter deixado essas coisas registradas, pois caso eu venha a me churrascar no futuro já terei bastante material pronto pra ser reaproveitado. Sinto que tirei um pouco de peso das costas ao escrever essas coisas, seria muito ruim morrer guardando isso comigo (ainda que boa parte soe como bobagens supérfluas para os outros). Acho que ia ser muito chato eu futuramente voltar a decidir me churrascar (caso não me churrasque agora) e ter que começar da estaca zero a me preparar (se eu provavelmente já estarei sem disposição pra viver imagina pra fazer preparativos).

12/11/2023

- Acabei de acordar e, como era de se esperar, estou em agonia. Durante todas essas últimas semanas o pior momento de meu dia vem sido sempre o acordar - nem há um motivo específico, eu simplesmente estou mais sensível e vulnerável a tudo (mais do que normalmente já estou). Acho que talvez seja porque durante o sono eu me esqueço da situação em que eu estou e ao acordar tenho um choque por me lembrar dela.

- Acabo de ver uma postagem falando sobre um assunto aleatório e em uma certa parte do texto o autor diz "ou você se contenta com tal situação ou você da um tiro contra a própria cabeça, é melhor do que ser humilhado tentando fazer tal coisa"; obviamente ele não estava falando sério (já que era um assunto até bobo), mas eu fiquei mexido com aquilo porque a possibilidade de dar um tiro contra minha própria cabeça é bem real (não necessariamente pelo motivo tratado na postagem), eu não hesitaria em fazer tal coisa caso tivesse uma arma carregada aqui comigo agora e isso é muito esquisito de se pensar (por isso que a postagem me afetou, pois ver alguém falando de tal ato me fez pensar sobre como eu o faria agora mesmo sem pensar duas vezes caso pudesse). Nessas últimas semanas tem havido momentos em que eu estou me sentindo mal porém com um resquício de esperança, perspectiva de futuro e apego à vida, nesses momentos eu não me churrascaria sem hesitar pois eu começaria automaticamente a pensar em motivos pra não fazê-lo (coisas que eu ainda quero vivenciar, a tristeza que isso vai gerar na minha família, eu querer planejar melhor como eu quero que as coisas ocorram após o churrasco, etc); na maior parte do tempo é assim que me sinto, entretanto há certos momentos e que tudo se torna insuportável demais pra mim e as coisas perdem o significado na minha mente, e nesses momentos (estou passando um agora) eu realmente só queria deixar de existir o mais rápido possível pra acabar logo com a dor - porém, eu prometi pra mim mesmo que não iria me churrascar independente de qualquer coisa até o início de dezembro pois há a "possibilidade" de eu conhecer um novo amor até chegar esse dia (possibilidade na qual eu não acredito, mas vou "pagar pra ver"); por isso, ainda que a minha vontade seja de me churrascar sem pensar duas vezes eu não faria isso (dada a oportunidade de me churrascar com facilidade) unicamente pra ver se vai acontecer alguma coisa mesmo.

- Hoje completa 4 meses que a minha ex terminou comigo, lembro que nessa mesma hora há exatamente 4 meses eu estava me sentindo atordoado com a notícia se sem saber se eu ia pra faculdade e fazia a prova de química orgânica marcada pra aquele dia ou não - eu acabei indo assim mesmo e fiz uma parte da prova mas depois de certo ponto não aguentei mais e entreguei com metade das questões em branco (não é como se eu fosse conseguir resolve-las, entretanto). Hoje, também, ocorre a realização da segunda etapa do ENEM e ela irá fazer a prova (lembrar do ENEM me lembra dela, já falei dos motivos anteriormente).

- Outro lado bom de ter decidido me churrascar, caso eu não realmente me churrasque por agora, é que eu me forcei a me acostumar com a ideia de churrasco e por isso ela já não é mais tão aterrorizante quanto era antes. Isso é importante pra mim pois é doloroso não estar pensando em churrasco como

algo próximo e real, nem mesmo conceber isso, e de repente ter o choque de estar se deparando com a possibilidade; caso eu não me churrasque agora eu pelo menos estarei melhor habituado à ideia e será mais "confortável" o processo de retomada desses pensamentos em algum momento futuro.

- Por volta do final de agosto desse ano, quando eu estava sofrendo bastante por conta minha ex (acho, entretanto, que não tanto quanto estou agora), eu comecei a devorar os textos de aconselhamento pós-término de um site chamado "Magnet of Success" e até que me ajudou um pouco no curto prazo; agora, resolvi voltar a dar uma olhada nesses textos e me lembrei de um dizendo que o prazo médio pra ocorrer a superação em definitivo é de 8 meses, se for assim então no dia 12 março do ano que vem eu já deveria estar me curando dessa dor pra valer. Talvez eu devesse me dar uma chance e esperar pra ver o que acontece quando eu chegar nessa data, por outro lado isso parece muito tempo e eu estou tão afetado com todas essas coisas que eu nem consigo me imaginar estando vivo no ano que vem, não consigo conceber essa perspectiva de futuro; enfim, vou pensar melhor.

- Quem tem o costume de treinar musculação sabe que certas vezes que você vai fazer agachamento livre ou supino reto da aquela sensação de que tudo ta "encaixando" certinho, você sente que consegue fazer o exercício com a amplitude adequada e até o fim, você sente a musculatura sendo contraída e tem aquela certeza de que as fibras realmente estão rompidas; em outros dias, entretanto, você pode até conseguir fazer as repetições até o final e com a mesma carga mas você não sente as contrações, você não sente tudo "encaixando", você não tem aquela sensação de que você realmente ta fazendo o exercício correto, você basicamente só sente o cansaço mesmo e é preciso ter força de vontade pra realizar o exercício por completo em dias assim. Eu enxergo a vida da mesma coisa, tem momentos que parecem ser o momento "certo" pra realizar certas coisas, parece que tudo entra em harmonia pra dar certo e você só precisa dar um passo, tudo flui de forma espontânea e natural e não é preciso muito esforço pois você já se esforça naturalmente, você sente gosto em estar fazendo aquilo e você sente que está no caminho certo; eu sinceramente não consigo mudar nada na minha vida pra melhor se não for em um momento assim, se eu não tiver aquela sensação de que "esse é o momento certo, tudo conspira ao meu favor" e que eu só preciso entrar no fluxo e deixar tudo rolar, sem precisar ficar me esforçando por conta própria, eu sei que isso parece muito desculpa pra justificar procrastinação e preguiça mas eu sei que não é porque eu já vivi momentos assim e eu já os aproveitei - só faria sentido dizer que esse pensamento é uma desculpa caso momentos assim nunca acontecessem. Em outras palavras, eu só pretendo agir caso eu SENTIR que o universo/fortuna/sorte/destino conspira ao meu favor e basicamente está me dizendo que aquela é a hora de agir (é algo bem subjetivo, mas quando ocorre eu sei que ocorreu); se for pra me esforçar sem isso eu prefiro ficar na passividade mesmo e "deixa a vida me levar", eu próprio sou um nada e não ouso nada contra a maré de forças maiores do que eu (mas quando a maré estiver em meu favor eu aproveito e muito). Atualmente, sinto que as coisas conspiram em favor do meu churrasco nada definitivo, quem sabe dentro de algumas semanas a minha fortune se altere (não acho isso necessariamente algo bom, entretanto, pois eu gosto da ideia de morrer logo e

se eu desistir do churrasco - mesmo que seja porque coisas boas passaram a me ocorrer - eu irei me ver obrigado a lidar com o problema do envelhecimento, da decadência, etc; bom, seja o que Deus quiser).

- Do mesmo jeito que acho inconcebível a ideia de possuir auto-validação e não depender da aprovação e afeto alheios (falei sobre isso anteriormente), também acho inconcebível confiar em mim mesmo e estar seguro comigo mesmo; simplesmente não dá, eu não consigo ver motivo pra ter auto-confiança mesmo sabendo de todos os meus erros, meus fracassos, meus defeitos, minhas vulnerabilidades, etc - não é nem questão de eu ser contrário a tal ideia, na verdade eu sequer consigo imaginar como seria algo assim. Claro que eu poderia aplicar o método do "fake it until you make it" e sair fingindo pra mim mesmo que eu estou seguro comigo mesmo e possuo confiança em minhas próprias capacidades, mas eu já fiz isso e acabei pior do que antes, pois no fundo eu sabia que era mentira e uma hora a realidade bateu (aconteceu a mesma coisa quanto a isso da auto-validação e "amor próprio") - acho menos pior simplesmente admitir pra mim mesmo que sou fraco, que sou vulnerável, que eu necessito dos outros, que é incerto se as coisas irão melhorar ou não, etc; pelo menos me poupa da dor de cabeça provocada pela dissonância cognitiva. Caso algum dia eu, de repente, começasse a vivenciar sentimentos de auto-confiança e auto-validação eu iria adorar, mas isso precisaria ocorrer de forma 100% espontânea, eu não iria levantar uma palha pra me "transformar" nisso - a ideia de tentar "me convencer" de algo (qualquer coisa) no qual eu, no momento, não acredito, é repugnante e insuportável pra mim. Dizem por aí que ter essa mentalidade que eu tenho é um repelente de mulher, mas eu não pretendo mudar só por conta disso; se fosse pra ter uma parceira, eu iria querer uma que me aceitasse do jeito que eu sou (e isso obviamente inclui aceitar que eu sou fraco e me reconheço como fraco), de jeito nenhum eu iria ficar tentando bancar o "fodão" só pra criar uma ilusão na moça (ainda que ela acreditasse, não seria pelo meu eu verdadeiro que ela iria estar atraído, então não possuo interesse algum nisso) - se isso me condena a ficar sozinho pra sempre (ou, pior, me prejudique até em outras áreas da vida) então ta ótimo, porque eu já vou me churrascar mesmo.

- Minha vida é medíocre e não é boa mas tem o potencial de piorar muito (é justamente isso que me preocupa), se eu me churrascar agora pelo menos evitarei isso - é mais ou menos a mesma mentalidade que a por detrás da expressão "quem não morre como herói vive o bastante pra se tornar vilão". Ao me churrascar agora eu estarei evitando fracassos, humilhações e sofrimentos muito maiores no futuro; claro que eu também estarei abrindo mão da chance de vivenciar coisas boas e ter conquistas, mas acho muito mais provável que o que me aguarde seja sofrimento ao invés de alegria, então vejo a decisão de me churrascar como a mais sensata. Na verdade, acho que eu gostaria de morrer ainda na época em que eu estava namorando, pelo menos eu iria partir na época mais feliz da minha vida, sem conhecer a dor do término, sem passar por decadência, ainda com 23 anos (ou seja, mais jovem do que agora, com 24) e cheio de animação e otimismo; mas antes tarde do que nunca, tenho a impressão de que se eu continuar vivo eu irei, daqui alguns anos, desejar que eu tivesse morrido agora.

13/11/2023

- Me lembro que na época em que estava namorando eu as vezes parava e pensava "nossa, eu realmente estou namorando, eu tenho um caso com uma pessoa que eu vejo pessoalmente e já tive contato físico, eu posso falar pras pessoas que tenho uma namorada e ter a consciência limpa por saber que é verdade mesmo", era uma sensação muito engraçada mas boa, nem parecia real que eu realmente estava vivendo aquilo e tinha se tornado normal pra mim. Hoje em dia, por outro lado, essa sensação parece algo distante e eu me pego tentando lembrar como é que eu me sentia, como que aquilo pode ter sido real, etc. Eu tenho muita saudade dessa época.

- Eu realmente sou mimado, se não for pra ser exatamente do jeito que eu quero então eu não quero nada, não quero lidar com frustração, não quero me conformar, não quero aceitar as coisas só porque acontecem com todo mundo, não quero me contentar a ser "só mais um", e definitivamente não quero "crescer e amadurecer"; não é nem questão de eu não querer ter esforço, a questão é que eu acho que a própria existência de uma necessidade por esforço já estraga tudo, supondo que eu eu precise fazer tal quantidade de esforço pra atingir tal objetivo e eu consiga facilmente aplicar tal esforço eu ainda assim não irei querer, eu fou fixado na ideia de que só vale a pena se vier de graça e quase sem esforço. Isso se aplica perfeitamente ao mundo dos relacionamentos: o problema não é que você precisa correr atrás de mulher e correr atrás de mulher da trabalho, o problema é a própria necessidade de se correr atrás; supondo que eu corresse atrás de uma e tivesse sucesso após algum esforço eu não iria ver graça alguma nisso, não iria sentir atração (mesmo tendo tido sucesso), o que realmente me atrairia (ESPECIFICAMENTE) seria se a suposta mulher se abrisse pra mim espontaneamente e o único trabalho que eu tivesse seria tocar pra frente, mostrando que ela já sentia uma atração prévia, que eu já exercia isso sobre ela de forma PASSIVA (se não for pra ser assim eu não quero e pronto). Você acha que eu esto errado em ter essa atitude? Que eu vou sofrer muito na vida por pensar assim? Que pessoas como eu são um fardo pra sociedade? Ótimo, então você deveria comemorar o fato de que irei me churrascar, todo mundo sai ganhando: a sociedade se livrará de um parasita e eu não terei mais frustrações; se essa minha atitude é o que me causa problemas então isso significa que eu não fui feito pra estar vivo, logo a opção mais sensata é o churrasco.

- Estou começando a ficar cansado desses pensamentos, mas infelizmente não é no bom sentido de que agora eles estão começando a perder intensidade e diminuir; eles continuam a me afetar da mesma forma e agora, ainda por cima, começaram a me dar uma sensação de exaustão e desgaste também. O pior é que isso até me desencoraja a escrever mais sobre eles, começa ficar chato voltar sempre nos mesmos assuntos; o problema é que escrever é uma das poucas coisas que tem me aliviado e me distraído genuinamente nesses últimos tempos.

- Novamente me sinto corroído de saudades do dia 28 de janeiro de 2023 (o dia em que ela veio aqui e nos vimos pela primeira vez). Aquele dia foi tão perfeito, era tanta coisa dando certo ao mesmo tempo que pareceu até um sonho e não realidade. Me sinto extremamente amargurado e frustrado em saber que não viverei mais um dia como aquele; só não digo que eu gostaria de ter morrido logo após aquele dia pois os meses que vieram após isso foram meses muito alegres e carregados de expectativas positivas (afinal de contas eu estava namorando), mas digo sem hesitar que eu gostaria de ter morrido antes do meu namoro ter chegado ao fim (mais especificamente após eu vê-la pessoalmente pela última vez, o que aconteceu dia 11 de junho de 2023), nada de bom veio depois disso (e eu teria morrido feliz, me sentindo realizado, não necessariamente "no auge" rumo ao "auge").

- Anteriormente mencionei uma ocasião na qual eu saí com uma menina do Tinder mas acabei nem tocando nela pois eu ainda estava com muita saudade da minha ex-web"namorada" (alguém que eu nunca vi na vida); eu sabia que aquela era uma chance de pelo menos perder o bv e que eu acabei desperdiçando, então eu quis me encontrar com ela novamente mas sempre que a gente marcava acabava acontecendo algum imprevisto (eu desconfiei depois que talvez ela tivesse perdido o interesse devido a minha atitude, mas era ela própria que dava a ideia da gente se encontrar de novo, então não sei o que pensar), e graças a isso eu comecei a pensar que o universo estava conspirando pra que eu continuasse sem nunca ter encostado em uma mulher e que aquele era o destino ao qual eu estava fadado - cheguei ao ponto de ficar com medo que eu fosse ter uma morte repentina antes de algum desses possíveis encontros, só pra que eu não saísse da minha condição. Obviamente eu estava errado, já que meses depois eu conheci a minha ex e a gente se viu pessoalmente; isso me dá um certo otimismo em pensar que, do mesmo jeito que não ter dado certo com aquela menina não me impediu de futuramente ter um relacionamento real (o relacionamento com a minha ex), ter dado errado com a minha ex talvez não seja uma sentença a uma vida de solidão e frustração, talvez ter dado errado com a minha ex não signifique que eu esteja fadado a nunca mais viver as mesmas sensações com outra pessoa no futuro - ou talvez signifique, sim, e eu esteja em "coping" agora; eu sinto que eu não deveria me permitir ter esses pensamentos otimistas pois vou acabar me frustrando com eles depois. Uma outra coisa boa é que se eu morrer hoje (seja por churrasco ou não) eu pelo menos estarei morrendo após já ter tido contato físico com o sexo oposto, e antes eu tinha medo de morrer sem nunca ter desfrutado de tal experiência.

- Como já dito ontem, aparentemente o período de tempo que leva, em média, pra se superar um término é de 8 meses; pode levar mais caso você cometa erros porém outro fator importante é o tempo de duração do relacionamento (quanto mais tempo de relacionamento mais tempo leva pra superar e vice-versa) e o meu durou apenas algo em torno de seis meses, então creio que um fator se equilibra ao outro e o prazo de 8 meses ainda é perfeitamente aplicável ao meu caso. Caso isso seja verdade, o meu prazo é dia 12 de março de 2024; eu sinceramente sinto que a minha ex é insuperável mas já que eu já to planejando me churrascar mesmo acho que vou "me permitir" aguardar até esse dia pra ver se algo acontece - se não acontecer, se eu não estiver

completamente recuperado, se os meus batimentos ainda derem uma leve acelerada quando eu ver o nome dela, se eu ainda continuar a ter lembranças involuntárias e cismas, se a minha mente ainda continuar a sustentar essa imagem dela em um pedestal, aí sim eu terei certeza absoluta de que a minha situação é sem esperança e me churrascarei sem pensar duas vezes (mas é preciso ser uma recuperação total e genuína, não aquela ilusão na qual eu me convenci a crer uns dois meses atrás e que após ruir me deixou em um estado até pior do que antes). É isso, tentarei aguardar até dia 12 de março do ano que vem, não me churrascarei em 2023 (eu espero, pelo menos, não posso garantir que não sucumbirei a momentos de agonia em que eu só queira morrer logo e pronto).

- Também tentarei (não garanto nada) ir bem nesse período que estou cursando na faculdade, a minha situação acadêmica já não é boa mas está longe de ser completamente perdida. Esse período atual acaba no final de fevereiro do ano que vem e isso é mais ou menos na mesma época em que vence o prazo da superação do término (dia 12 de março de 2024), o que é conveniente. Se eu conseguir finalmente ir bem na faculdade e simultaneamente superar a minha ex pra valer eu acho que já poderei arquivar esse negócio de churrasco (não que eu vá desistir completamente, mas irei deixar pra fazer quando chegar nos 30, igual eu já planejava anos atrás). Por outro lado, ainda há a chance de que mesmo indo bem na faculdade eu não consiga superar a minha ex e se eu não superar eu irei me churrascar, o principal de tudo é superar minha ex (se eu supera-la genuinamente acho que não pensarei em churrasco mesmo que eu fracasse em mais um semestre da faculdade); ainda há a possibilidade de que mesmo verdadeiramente superando a minha ex eu continue desejando o churrasco, afinal de contas ainda há aquelas questões do envelhecimento, da decadência, da efemeridade das coisas, etc mas acho isso improvável, eu agora tenho uma certa segurança que eu só estou pensando em churrasco por conta da ex, não fosse a forma como me sinto em relação a ela eu não estaria no estado em que estou agora.

- Preciso, entretanto, continuar a planejar meu churrasco pois eu gostaria de já ter tudo pronto caso as coisas não dêem certo. Não quero esperar chegar na conclusão de que não há outro jeito além de me churrascar pra só então me dar ao trabalho de fazer preparativos - tem que ser agora. E isso se aplica pro resto da minha vida, ainda que eu saia dessa e toque a vida pra frente sempre há a chance de me acontecer algo ruim e eu voltar a querer me churrascar na mesma hora - e caso isso ocorra eu desejo que tudo já esteja pronto.

- O meu problema é mais emocional do que filosófico, não importa a perspectiva com a qual eu tente enxergar meus problemas pois sempre chego em conclusões pessimistas. Se eu partir da premissa de que não há nenhum significado maior nas coisas e de que tudo é caos então fico triste pois sei que eu ter vivido momentos felizes (o relacionamento com a minha ex, principalmente) foi só obra do acaso e pode se repetir ou não (e eu sempre adoto a expectativa de que NÃO vai se repetir); se eu partir da premissa de que há uma força maior guiando os acontecimentos então eu também fico triste pois passo a adotar a posição de que eu estou destinado a sofrer e que o universo ativamente conspira contra mim. E nem é como se eu escolhesse

uma perspectiva ou a outra ou ficasse alternando entre elas, eu sinto que adoto as duas ao mesmo tempo mesmo que uma contradiga a outra - pra minha mente, se algo machuca então é real.

- Me identifico bastante com HP Lovecraft. Obviamente não estou dizendo que possuo o mesmo grau de genialidade, nem de longe, na verdade eu me identifico com as partes negativas: as atitudes patéticas dele, a vida medíocre, o isolamento, os medos, etc. Sempre que leio qualquer informação biográfica sobre Lovecraft eu me enxergo nele. Obviamente também não me identifico com as crenças raciais dele (segundo as quais eu seria um sub-humano...mas de certa forma não creio que ele as levasse tão a sério, caso contrário não teria se casado com um judia).

- Me lembro que na vez em que eu fui para o Rio conhecer a família da minha ex eu e ela, em um dado momento, ficamos sentados no sofá da sala e ela perguntou se eu não queria botar algo pra assistir (só por assistir mesmo, atoa); eu botei o filme Não Olhe Pra Cima e ficamos assistindo, daí em um dado momento ela faz um comentário sobre como que nos filmes os memes e a cultura da internet são retratados como se ainda estivéssemos em 2010 (ainda que o filme se passa hoje em dia). Eu fiquei admirado com isso pois apesar de ser uma coisa pequena mostrou que ela possui uma percepção bem aguçada das coisas, que ela repara em vários detalhes que a grande maioria das pessoas simplesmente não vê; eu, modéstia à parte, também sou assim (tanto que eu já tinha observado a mesma coisa que ela observou) e eu adorei perceber que a pessoa que estava ao meu lado tinha isso em comum comigo - ela já era combinava comigo em tantas coisas, gostava de mim, é linda e ainda por cima tinha essas mesmas especificidades de comportamento que eu; não tinha como ser mais perfeito. Lembrar disso me deixa muito mal de uma forma bem específica, por eu acho muito difícil conhecer (no sentido de ter um relacionamento) outra pessoa que possua esses mesmos detalhezinhos - veja lá alguém que além disso também combine comigo no resto igual ela combinava.

14/11/2023

- Não estou mais cogitando me churrascar de imediato, porém ainda penso que seria bom que eu tivesse morrido em algum momento desses últimos meses - ou seja, eu não me arrependeria (se fosse possível) caso eu realmente tivesse me churrascado. Só vou mudar de ideia e pensar que foi bom eu não ter me churrascado caso aconteça alguma coisa muito no futuro próximo e minha situação mude completamente pra melhor mais uma vez (igual ocorreu no início do ano passado); não conto com isso acontecendo, entretanto, acho que as coisas vão continuar como estão ou piorar e que o churrasco foi apenas adiado, mas ano que vem eu devo finalmente me churrascar.

- Eu lembro que certa vez um cara me disse que é muito comum as mulheres confundirem admiração por um homem com atração por ele, isso fez eu me lembrar agora que no dia que a minha ex terminou comigo ela me disse que sentia a necessidade de que o parceiro dela fosse alguém que ela admirasse e

ela deixou de sentir admiração por mim (disse que certas coisas que eu falei e certas atitudes que eu tive passaram uma imagem de fraqueza pra ela e ela não suporta isso). Será então possível que a minha ex nunca sentiu atração genuína por mim e apenas "me admirava" (não sei como, não há nada de notavelmente admirável em minha pessoa) no início do relacionamento? Isso é algo triste de se pensar...

- Alguns dias atrás eu pratiquei onanismo apenas pra me "lembrar" de como era a sensação e achei horrível, me deu muito desgosto; hoje, novamente, pratiquei outra vez pra realização de um exame de espermocultura e senti mais desgosto ainda (tanto que eu não estava nem com vontade de fazer o negócio). Passei a gradualmente sentir repulsa dessas coisas desde que a minha ex terminou comigo.

- Além de combinarmos em tantas coisas, havia certas pequenas coincidências que me faziam acreditar que eu e minha ex estávamos realmente destinados um ao outro, como por exemplo nós termos nos visto pela primeira vez no dia que é aniversário de casamento dos meus pais ou então uma certa vez em que vestimos blusas idênticas pra sair sem termos combinado anteriormente (eu havia ganhado a blusa pouco dia antes de nos vermos, aliás, então realmente não havia como sabermos). Claro que eu sei que uma mente apaixonada vai ficar enxergando esses sinais em tudo e posteriormente a pessoa acaba se dando conta de que não foi nada excepcional, apenas umas poucas coincidências que foram romantizadas pelo seu cérebro; entretanto, mesmo após meses de término eu ainda fico com a cisma de que essas pequenas coincidências eram mais do que coincidências, fico com um sentimento amargo de que realmente havia algo especial ali mas que foi propositalmente destruído (não sei por quem) e agora sofro por isso.

- Acabo de ver uma postagem no Reddit onde um rapaz diz que não consegue encontrar um lugar pra ter relações com a namorada pois os pais de ambos sempre estão em casa e ele também fica sem jeito de ir em motel pois tanto ele quanto a namorada nunca foram em um, ele diz ter 18 e diz que a namorada tem 21. Isso me deixou muito mal pois me lembrou da minha ex (esse "clima" de início de relacionamento passado pelo texto do rapaz me lembra muito do que eu vivi) e também me lembrou que a minha ex já está com outro (ela diz que o atual é mais novo do que ela - foi uma das primeiras coisas que relatei nesse diário - assim como o rapaz da postagem em questão relata ser um pouco mais novo que a namorada). Pra piorar, o rapaz ainda por cima disse nos comentários que ele é de Niterói, cheguei a cogitar por uns dois segundos a possibilidade dele ser o atual da minha ex, mas logo percebi que não pois a minha ex tem 20 e uma das coisas que ele disse sobre a namorada dele não bate com a minha ex (não vou dizer o que); de qualquer forma, isso me provocou lembranças bem negativas e eu estou em estado de agonia mais uma vez (não que eu estivesse me sentindo bem agora pouco, mas estou me sentindo pior).

- Eu já pensei em algumas atitudes que eu preciso tomar pra ter alguma chance de mudar (ou, melhor dizendo, para contribuir um pouco caso uma mudança aconteça - pois, ao contrário do que muita gente diria, a mudança

não depende de mim), entretanto sou afetado pelo mesmíssimo problema que sempre me afetou e me sabotou: começo a me sentir desorientado e sem sequer conseguir conceber de forma concreta qual o primeiro passo que eu deva dar (mesmo sendo algo bem óbvio), parece que há uma força oculta "embaçando" a minha mente e me segurando na inércia. Não sei como vou fazer pra contornar isso, nunca na vida consegui contornar esse problema (mesmo tendo acreditado que eu conseguiria) e acho difícil acreditar que hoje vai ser diferente.

- Eu sinto muitas coisas negativas em relação à minha ex (saudade, ressentimento, raiva, melancolia, amargura, desespero, ansiedade, etc) mas parece que ultimamente os sentimentos de raiva estão falando um pouco mais alto, estou começando a fantasiar com a ideia de eu dar uma "volta por cima" e gostar disso (apesar de saber que é algo improvável). Quero deixar claro que esses sentimentos não possuem conotações violentas e também ressaltar que eu sei que ela não tinha obrigação de continuar comigo e por isso seria irracional sentir raiva dela só por ela ter dado um fim no relacionamento, entretanto acho que o meu sentimento de hostilidade e ressentimento é pelo menos compreensível: ela deixou bem claro no início que estava decidida a querer algo sério e duradouro comigo (já até fazia planos de se mudar pra cá), ela expressava sentir muita atração e carinho por mim, de modo que eu me senti seguro de que eu havia encontrado alguém que realmente gostava de mim e não iria me deixar; entretanto, passados alguns meses ela se distancia de mim e logo termina o relacionamento por ter, segundo ela, percebido que eu não era o que ela realmente buscava (após me conhecer melhor); e depois disso ela seguiu a vida dela normalmente, se esqueceu de mim bem rápido, várias coisas começaram a dar certo pra ela, e ainda por cima ela logo encontrou outro cara; me lembro que algumas semanas após o término eu chamei ela pra conversar por mensagem pra que algumas coisas me fossem explicadas e ela concordou em conversar (eu já planejava ter essa conversa desde a época do término, pois eu já notava a mudança de comportamento dela, porém ela terminou antes disso e então eu resolvi deixar pra lá, por hora), aí durante essa conversa ela disse que estava se sentindo muito mal e frustrada antes de terminar comigo (por supostamente estar percebendo que eu não era o que ela queria) e que passou a se sentir muito melhor depois que terminou comigo, que se sentiu mais leve, que começou a socializar mais e sair com as amigas, que começou a ir pra festas e - ouvir isso me machucou muito e me machuca até hoje - que ela acha que ela sente a necessidade de destruir as coisas quando está se sentindo pra baixo e dessa vez ela destruiu o relacionamento (são palavras dela, não é apenas interpretação minha do que ela falou, ela literalmente disse essas palavras)... não sei você, mas tendo tudo isso em mente eu acho no mínimo compreensível que eu sinta ressentimento (afinal de contas ela me convenceu de que eu era amado por ela e do nada me abandonou e esqueceu de mim muito rápido - e não ocorreu nada de ruim com ela, eu fui o único que saiu perdendo em qualquer área), não vou mais me culpar por sentir isso. Sim, eu no fundo desejo que alguma coisa de ruim aconteça com ela e de preferência que seja algo que a faça se lembrar de mim; eu desejo que eu fique bem e que ela fique mal, e de preferência que ela veja que eu estou melhor agora; eu sei que é patético sentir isso mas eu estaria mentindo se eu negasse que me sinto assim - e, sim, eu sei que isso é um

problema de "ego ferido", mas ter consciência disso não muda nem um pouco a forma como me sinto. O grande problema é que eu acho que nada disso vai acontecer, ainda que eu melhore um pouquinho ela nunca irá "pagar" pelo o que ela fez (na verdade eu me sinto envergonhado até em sentir que ela precise pagar por alguma coisa, porque tecnicamente ela não fez nada de errado) e a minha melhora será mínima, a vida dela sempre será muito melhor e mais interessante que a minha e isso me dói, ela sempre estará na minha frente em tudo (e acho possível que ela perceber isso foi um dos motivos pra ela me largar, ela se deu conta de que consegue coisa muito melhor do que eu); eu me sinto inferior em relação a tudo que tem a ver com ela, essa é a verdade, então eu não cultivo esperança de que algum dia eu vá "dar a volta por cima" pois o mais provável é justamente o oposto, mas eu gostaria muito que algo assim acontecesse (e não tem essa de que "a mudança tem que partir de você", nada que eu possa fazer irá reverter essa situação, não depende de mim) - além do mais, no período em que eu achei que estava "superando" (mas no fundo só estava me iludindo e no final fiquei até pior do que antes) o meu sentimento também era de hostilidade, e não adiantou nada. Me sinto impotente, a única possível "vingança" que eu consigo enxergar e que está dentro das minhas possibilidades seria me churrascar e torcer pra que o meu churrasco viralize e eu fique pelo menos um pouco "famoso", pois se isso acontecer eu estarei realizando algo que também é uma ânsia dela (ser conhecido, comentado, receber atenção, etc).

- Eu ainda gosto muito dela e qualquer mínima lembrança já me deixa triste, amargurado e de certa forma também desesperado; entretanto, são justamente essas coisas que "justificam" eu sentir algum nível de raiva dela, afinal de contas não fui eu sozinho que decidi me apaixonar por ela (aliás, eu nunca teria desenvolvido qualquer sentimento por ela se não fosse ela própria induzindo esses sentimentos em mim, de forma bem clara e constante).

- Ela pode não ter feito nenhum mal pra mim no sentido de fazer coisas como agredir, roubar, difamar, chantagear, extorquir, etc mas o tipo de atitude que ela teve não deixa de ser errado, ter criado tanta segurança e expectativa em mim (e não foi coisa da minha cabeça, ela dizia com todas as palavras que não iria me deixar, que pensava em um futuro comigo, etc; definitivamente não foi um caso de eu criar expectativas sem haver base, igual foi o caso do rapaz daquele filme "500 Dias com Ela") só pra me largar de uma hora pra outra não é algo que se faça; não gosto de desejar mal pros outros mas não consigo deixar de, no fundo, desejar que algo do tipo (uma ferida emocional, nada violento, nada físico, nada muito trágico, etc) ocorra a ela e, de preferência, a faça se recordar de mim de forma amarga - me doi saber que isso provavelmente não irá ocorrer. Sim, eu sei que injustiças ocorrem com todo mundo e inúmeras pessoas sofrem injustiças infinitamente piores do que a sofrida por mim, mas eu não aceito isso como argumento pra que eu simplesmente me contente e aceite a situação resignado; em primeiro lugar, eu não sou "todo mundo" e por isso não sou obrigado a aceitar algo ruim calado só porque ocorre com "todo mundo", e em segundo lugar uma injustiça ser comum não faz dela menos injusta e mais aceitável.

- Lembro que minha ex as vezes falava mal da minha ex web"namorada", a quem ela já conhecia previamente (pela internet), e eu adorava isso, fez eu me apaixonar ainda mais. Se por um milagre eu iniciar outro relacionamento eu também iria adorar que a minha futura namorada falasse muito mal da minha ex.

- Eu gostaria de poder, de fato, registrar aqui tudo o que se passa em minha mente; infelizmente, por questões de tempo e energia mental, só registro uma fração do que penso.

- Eu possuo um complexo de inferioridade imenso em relação à minha, agora que ela terminou comigo eu fico com a sensação de que tudo vai dar certo pra ela, de que todos gostam dela e a apoiam, de que qualquer problema que aparecer ela irá superar, etc; também fico com a sensação de que tudo referente a ela é, de forma especial, de que ela é uma pessoa única e genial, de que eu sou o único errado da situação, de que todo sentimento negativo que tenho em relação a ela é injustificado e que eu deveria me envergonhar de tê-los, de que eu sou um "npc" e ela é uma protagonista, de que ela nasceu pra vencer e ser feliz e eu deveria só me resignar à minha mediocridade e aceitar, etc. Sim, eu sei que eu não deveria me deixar afetar por coisas que não me dizem respeito, mas a questão é que eu me afeto...e aí? Não nego que se algum dia ocorrer algo ruim a ela que destrua essa imagem dela de perfeição e invencibilidade que construí em minha mente (incluindo a parte moral) eu irei comemorar bastante (pelo menos em meu íntimo).

- Eu estou momentaneamente me sentindo mais confortável com a ideia de envelhecer e possuir falhas físicas. Não é como se eu visse como algo bom e aceitasse, eu só estou meio apático mesmo; não é a primeira vez que me ocorre, é fruto do meu desânimo.

- Mais uma vez estou em um momento no qual eu poderia me churrascar sem pensar duas vezes, caso eu tivesse uma arma carregada em mãos; não estou desesperado nem nada do tipo (apesar de que sinto que uma crise de desespero poderia ter início a qualquer momento), apenas me sentindo bastante desanimado mesmo, sem qualquer vontade de continuar - ao ponto de que a possibilidade de acabar com a minha vida agora mesmo soa como algo banal pra mim. Porém mesmo que eu pudesse eu não o faria, já disse que pretendo "me dar uma chance" e esperar até umas certas datas aí; vou fazer isso, acho que não vai mudar nada mas também não custa nada esperar, se esses dias chegarem e nada mudar eu me churrasco.

- Vem ocorrendo uma onda de calor forte nos últimos dias, eu até diria que isso talvez esteja afetando o meu estado mental mas, ironicamente, antes dela começar eu estava me sentindo até pior. Reparo que além de comentar pouco sobre acontecimentos da minha vida cotidiana (familia e faculdade, principalmente) também pouco sobre acontecimentos do mundo externo que ocorrem simultaneamente à escrita desse diário, como a supracitada onda de calor e a guerra na Faixa de Gaza.

- Esse diário começou a ser escrito com a intenção de ser uma espécie de carta de churrasco, porém acabou se tornando um diário mesmo e agora não sei que rumo tomar em longo prazo. Obviamente ele terá um fim logo caso eu me churrasque nos próximos meses, mas e se eu não me churrascar? Continuarei escrevendo aqui por tempo indeterminado? Não sei, é algo no qual eu ainda devo pensar com calma.

15/11/2023

- Eu sei que, objetivamente, não sou especial, mas eu me sinto especial e eu não quero mudar esse sentimento.

- A internet é uma ferramenta de valor imensurável para pessoas com uma vida interna "rica" igual a minha, nos permite potencializar nossas experiências introspectivas e fantasias em um nível inestimável. Se por algum motivo a internet desaparecesse de forma permanente (talvez por meio de uma tempestade solar ou algo assim) eu passaria a ter mais um grande motivo para o churrasco (e o pior é que sem s internet o meu churrasco nem sequer iria ter chance de "viralizar", isso é um cenário pra lá de deprimente).

- Eventos apocalípticos (não necessariamente apocalípticos no sentido literal) são uma espada de dois gumes, ao mesmo tempo que um evento assim ofereceria a mim a chance de "brilhar", fazer algo grandioso, me tornar conhecido, etc também poderia me ofuscar completamente (seja por fazer com que eu morra de forma irrelevante e no anonimato ou seja por dar a outras pessoas a oportunidade de "brilharem" mais do que eu e me ofuscarem completamente). Não sei se eu gostaria que um evento desses ocorresse, acho que em um cenário de paz e tranquilidade eu pelo menos terei uma certa segurança e controle sobre a forma como me tornarei conhecido (provavelmente por meio de um churrasco e da viralização do mesmo logo após), enquanto em um cenário apocalíptico (ou no mínimo um de instabilidade social) eu teria que contar muito mais com a sorte - por outro lado, as oportunidades de fazer algo grandioso no cenário instável são muito mais "épicas" (é muito mais épico, por exemplo, liderar uma batalha do que simplesmente se churrascar e gravar tudo).

- Me dei conta de que há uma série de notícias sobre o acontecimento de tempestades solares nos próximos dois anos (2024 e 2025) e uma possível queda da internet a nível global por semanas ou até meses em decorrência disso; há alguns sites dizendo que essas previsões de falta de internet são exagero e que nada sobre isso é falado nos estudos nos quais tais notícias se baseiam, entretanto eu não entendo do assunto e portanto não sei no que acreditar. Seria extremamente patético e deprimente que eu me churrascasse na esperança de que meu churrasco viralize e logo depois disso a internet simplesmente suma (e mesmo após seu retorno provavelmente haverá ocorrido coisas demais e meu caso permanecerá esquecido pra sempre); também seria horrível que eu finalmente superasse esse momento e deixasse a ideia de churrasco de lado só internet acabar e eu voltar na mesma hora a

pensar em colocar fim na minha vida (e dessa vez sem nem poder me consolar na expectativa de que o meu churrasco será divulgado e me deixará famoso).

- Eu gostaria muito de ser um escritor ou algo assim, mas infelizmente só sei escrever sobre mim mesmo ou então escrever sobre fatos de forma objetiva (independente de serem fatos reais ou não), não faço a mínima ideia de como escrever narrativas, diálogos e poesias. Se bem que hoje em dia qualquer um vira escritor, eu seria só mais um entre centenas de milhares, não há nada de original no que eu tenho a oferecer.

- Me preocupo com o fato de que as inteligências artificiais estão cada dia mais aprimoradas em escrever histórias, elaborar ideias, criar cenários, fazer reflexões, etc e temo que algum dia toda a criatividade e intelecto humanos venham a se tornar obsoletos e não haja mais espaço para se destacar por meio da arte - isso seria extremamente deprimente. Claro que atualmente as IAs ainda não chegam ao mesmo nível que a criatividade humana mas devemos lembrar que essa é uma tecnologia que mal saiu das fraldas, espere algumas décadas e verá do que são capazes - e eu temo muito que serão capazes de subjulgar a criatividade humana. A única solução posso pra esse problema, ao meu ver, seria que de alguma forma o humano e a máquina se tornassem um só - claro que isso é contrário aos princípios cristãos que eu tenho como verdadeiros, mas sinceramente não me importo mais pois ainda que eu continue a tê-los como verdadeiros eu não os sigo há muito tempo (minha Vontade não está alinhada a eles).

- Eu já havia que reparado que em toda quarta feira das semanas de outubro e do início de novembro vinha ocorrendo coisas que me lembravam fortemente da minha ex por consequência me deixavam, o que eu não havia reparado (apesar de ser bem óbvio) é que foi também em uma quarta feira que ela terminou comigo (dia 12 de julho de 2023 foi uma quarta feira). E não para por aí, também me dei conta de que o dia em que fará um ano que eu e ela começamos a nos falar (dia 22 de novembro) também cairá em uma quarta feira (hoje mesmo é quarta feira, aliás, mas até o momento não ocorreu nada fora do comum).

- Creio que há uma certa beleza e valor em se churrascar justamente quando as coisas estão indo bem (incluindo em sua aparência física), é como se você estivesse oferecendo o seu melhor em sacrifício (não sei a quem ou ao que, mas essa é a sensação passada); caso eu saia dessa situação em que estou, me dedicarei a melhorar ao máximo pra assim poder oferecer o melhor sacrifício possível daqui alguns anos. É claro que se churrascar quando se está no fundo do poço também é válido e inclusive é uma ótima saída para tal problema, mas parece que o valor do churrasco em si é maior quando há motivos (aparentes) de sobra pra continuar vivo - sem falar que ao morrer em um momento bom você se previne de vivenciar momentos de decadência que certamente viriam em vida. Dou bastante ênfase ao aspecto físico aqui, pois se o churrasco ocorre por meio de seu corpo físico faz perfeito sentido que as suas condições físicas sejam as melhores possíveis para assim valorizar o ato de sacrifício.

- Penso que se eu quero deixar algum legado intelectual eu deveria me dedicar agora mesmo a ler obras dos mais variados pensadores/filósofos possíveis, de modo a dar uma base sólida para as ideias que pretendo defender; entretanto, acho que já é muito tarde pra isso, eu deveria ter feito isso na adolescência ou pelo menos na faixa dos 18 aos 21 - fazer isso agora iria ser apenas uma distração e me retardar (principalmente levando em conta que eu possuo uma dificuldade imensa em focar a minha atenção e assimilar novas ideias, o que é inclusive um dos problemas que me fez fracassar tanto na vida). Entretanto, pretendo fazer uma leitura superficial de tais pensadores (já estou fazendo, aliás) e me apropriar de pequenos fragmentos das ideias defendidos por eles (os que me agradarem e chamarem a minha atenção); sei que não é o bastante mas já é melhor do que nada, ainda mais porque eu não tenho a pretensão de contribuir para o mundo intelectual, apenas pretendo chamar a atenção pra mim mesmo e me tornar conhecido - em outras palavras, eu almejo ser um artista e não um filósofo.

- Hoje mais cedo eu cliquei em um daqueles "shorts" do Youtube e esse em questão era sobre estereótipos da Rússia, um dos estereótipos era referente a aqueles bonecos com bonecos dentro; agora, há menos de dois minutos, eu assisti um vídeo que não tinha nada a ver com o assunto do short de mais cedo e nesse vídeo (que é sobre coisas que podem ou não ser partidas por uma guilhotina) também há a presença desses bonecos - e eu não ouvia falar desses bonecos há muito tempo, talvez anos, então ouvir falar deles duas vezes no mesmo dia, de repente, é uma coincidência. Geralmente quando começa a ocorrer várias dessas pequenas coincidências em um curto período de tempo é porque algo de bom está prestes a acontecer, mas ainda não vou ficar animado pois até o momento essa foi a única coincidência que ocorreu, nada garante que ocorrerá mais.

16/11/2023

- Pra variar, uma boa notícia: hoje eu finalmente aconteceu de eu não estar em agonia na hora de acordar. Não vou ser otimista, entretanto, talvez isso só ocorra hoje.

- Resolvi criar um calendário para organizar melhor na minha cabeça o que está por vir nos próximos meses. A contagem inicia hoje, dia 16 de novembro de 2023, e chega ao fim no dia 12 de março de 2024 (o dia em completará 8 meses de término, um ponto no qual eu supostamente já deverei ter superado). Os dias marcados de preto são dias onde não terei aula (seja por conta de ser final de semana, feriado, recesso ou férias), os dias marcados em vermelho são dias que em que ocorrerá algo relacionado à minha ex (aquelas datas que eu obtive nos cálculos e já mencionei anteriormente, a decorrência de mais um mês se passando após o término, a decorrência de um ano desde que nos vimos pessoalmente pela primeira vez, a decorrência de um ano desde que começamos a nos falar, etc) e os dias marcados em azul serão dias em que eu terei provas ou atividades avaliativas. Não pretendo me churrascar até o vencimento desse prazo (no momento em que escrevo isso, falta 117 dias),

caso eu realmente tenha melhorado até lá e a sorte volte a sorrir pra mim eu desistirei do churrasco por tempo indeterminado - caso não, estarei mais determinado ainda a realizar o ato.

- Uma outra semelhança entre 2023 e 2022 (além daquelas envolvendo minha ex e a moça que era meu interesse antes dela) é quem em ambos os anos eu perdi uma ave mas pouco tempo depois apareceu outra ave pra "ocupar" o lugar deixado (entre aspas pois é óbvio que esses bichos não são substituíveis, foi modo de falar). Em maio de 2022 (mais ou menos uma semana antes do meu web"namoro" ter início) a minha maritaca Chiquinha fugiu e não voltou mais (antes disso eu tinha 4 aves, mas sem a Chiquinha passou a ser 3), porém no início de julho daquele ano um rapaz me ofereceu a calopsita dele (o Tuco) pois ela era muito carente de atenção e ele não podia dar atenção toda hora (ou seja, voltou a ser 4 aves); de semelhante modo, no dia 4 de agosto de 2023 (menos de um mês após o término) a minha maritaca Loura faleceu (de 4 aves voltou a ser apenas 3), porém menos de uma semana depois um amigo

me mandou mensagem dizendo que havia aparecido um filhote de maritaca perdida na casa dele e ofereceu-o pra mim já que ele não tinha como cria-la, eu aceitei e o número logo voltou a ser 4 - repare que eu não busquei arrumar outras aves, elas literalmente foram aparecendo pra mim.

- Hoje está sendo um dia incomum, eu estou me sentindo consideravelmente melhor e até o momento ainda não fui afligido por nenhum pensamento negativo com intensidade. Eu só não me animo tanto com isso por que no final de agosto eu senti a mesma coisa e não durou, acabei até pior do que antes.

- Me dei conta de que cerca de 100 anos atrás Adolf H***er estava escrevendo Mein Kampf. Acho essa uma coincidência interessante pois a obra de AH também é uma mistura de manifesto com autobiografia, também é escrito de maneira desconexa e amadora e também foi escrito em um momento no qual AH passava por um período de depressão, período esse que foi causado pelo fracasso do que seria um evento muito importante em sua vida (no caso dele, o fracasso do Putsch de Munique; no meu caso, o término com a minha ex). Claro que não é exatamente análogo pois ele só começou a escrever Mein Kampf de fato em abril de 1924, em novembro de 1923 (que é exatamente 100 anos atrás) ele apenas havia sido detido; por outro lado, eu também ainda não comecei a escrever o que eu pretendo escrever, até o momento só estou fazendo um diário - caso eu venha mesmo a organizar essas ideias em um livro isso provavelmente ocorrerá no momento em que fizer exatamente 100 anos que AH começou a escrever Mein Kampf. Deixando claro que não simpatizo com as ideias defendidas por AH e não o admiro nem como pessoa.

17/11/2023

- Alguns dias atrás eu assisti um vídeo que mostrava a evolução territorial do Estado Islâmico com o passar dos anos e o vídeo compreendia os anos de 2013 até 2018; enquanto assistia, eu involuntariamente comecei a pensar na minha ex pois e ficava me perguntando o que será que ela estava fazendo/como ela estava em determinando ponto do tempo que era mostrado no vídeo. Ela me contava bastante coisa sobre a vida dela então eu tenho uma certa noção sobre a data em que certas coisas aconteceram. Enfim, só mais um exemplo de como ela não sai da minha cabeça.

- Eu me lembro que certa vez minha ex compartilhou esse meme dizendo que ficou irritada ao vê-lo pois imaginou uma mulher de 30 anos dando em cima de mim, que na época tinha exatamente 23. Sinto saudades dessas coisas.

- Minha ex tinha/tem o hábito de furtar coisas em lojas só "por esporte", durante o nosso namoro experimentei fazer o mesmo algumas vezes pra saber como era a sensação e acabou virando hábito pra mim, tanto que mesmo após o término eu continuo fazendo isso de vez em quando. Geralmente só furto coisas pequenas, como barras de proteína, e só faço isso em lojas de rede (ou seja, não dou nenhum prejuízo real); eu sempre tenho o dinheiro pra comprar o que eu furto, só o faço pela sensação de estar "levando vantagem". Ontem de noite eu furtei uma lata de monster de um supermercado, se me lembro bem era sabor melancia.

- Apesar de eu estar me sentindo temporariamente melhor não deixo de me incomodar com as lembranças que essa época de final de ano trazem, pois elas remetem exatamente a época em que eu conheci a minha ex (dentro de menos de uma semana fará um ano exato); naquela época eu estava voltando a me sentir bem comigo mesmo e esquecendo a paixonite de internet que tive nos meses anteriores, ter conhecido minha ex acelerou esse processo de forma ímpar. O que mais me incomoda é lembrar o clima de euforia e expectativa no qual eu estava, porque era algo baseado na realidade (no início do ano seguinte eu tive o meu namoro e várias outras coisas começaram a dar certo pra mim); hoje em dia, pod outro lado, não há qualquer motivo real para eu me animar e isso é deprimente. Entretanto, eu pensei melhor e cheguei na conclusão de que há, sim, motivo para eu ficar eufórico: o meu plano é me churrascar caso as coisas não comecem a melhorar consideravelmente até março do ano que vem; de tal modo, é garantido que algo de excitante ocorra, se não for uma melhora repentina em minha vida (igual a que eu vivenciei no início desse ano) então será o churrasco (querendo ou não, se trata de algo

bem marcante e em relação ao qual criar expectativas - pois não é como se a mediocridade da minha vida irá continuar por tempo indeterminado).

18/11/2023

- Eu admiro bastante a forma como a vida de pessoas como AH (aquele pintor austríaco famoso) é minuciosamente estudada e documentada em todos os aspectos por acadêmicos altamente capacitados, eu o invejo muito e as vezes tenho devaneios sobre estar nessa posição e ter minha vida feita de objeto de estudo também; um outro grande exemplo é o do Chris Chan, acho que a vida dele é até mais bem documentada do que a de AH (apesar dele ser menos famoso mundialmente). E o melhor de tudo é que tanto Adolf quanto Chris são pessoas de vidas relativamente medíocres mas que por sorte/acaso/estarem no lugar certo na hora certa acabaram se tornando famosos e objetos de estudo biográfico, eu acho isso ótimo pois é muito mais fácil se identificar com eles do que se identificar com alguém que, de fato, possuía capacidades/habilidades muito excepcionais, alguém que realmente tinha algo pra de fato contribuir com a humanidade (Tesla, Newton, Michelangelo, etc) - ou seja, me agrada muito ver pessoas recebendo fama "sem merecer" (mas depende um pouco, quando se trata de pessoas que são completamente "NPCs", como aquele Luva de Pedreiro, eu também não gosto; eu gosto quando se trata de pessoas que possuem algum nível de introspecção e criatividade mas voltada para coisas consideradas "inúteis", pois me identifico totalmente com gente assim - é por isso que eu gosto tanto de HP Lovecraft, ele tinha um grande nível de "genialidade" mas era uma genialidade voltada pra coisas "inúteis" e ele era "fracassado" ou no mínimo medíocre nas demais áreas de sua vida). Eu sei que provavelmente nunca atingirei tal nível de fama (é tudo questão de sorte, afinal de contas), mas espero conseguir pelo menos um pouco através do meu churrasco; almejo, se muito, ficar conhecido no mesmo nível que aquele Cadu Castro ou aquele Yoñlu.

- Diz-se que o sofrimento psicológico (a maioria dos tipos, pelo menos) é um problema de ego e que a solução é se desapegar do seu ego; eu concordo com a primeira afirmação mas não só discordo da segunda como sinto repulsa da mesma: se o problema for o meu ego então a solução é buscar alimenta-lo e infla-lo ainda mais pra que assim a sua ferida seja curada (não importa se isso vá torna-lo ainda mais vulnerável a feridas futuras), não buscar a sua diminuição; e se não houver meios de alimentar meu ego então me churrasco, mas nunca irei aceitar essa ideia de desapego.

- Voltei a me sentir mal, não tão mal quanto antes mas um pouco pior do que os últimos dois dias.

- Hoje é supostamente um dos dias em que as chances de eu conhecer alguém novo (falei disso semana passada e expliquei meu raciocínio e contas) estão mais altas (hoje juntamente ao dia de amanhã, no caso), mas não conto com a possibilidade disso realmente acontecer. Se não der certo hoje, a próxima ocasião do tipo será nos dias 7 e 8 de dezembro, depois disso acabou; eu até

estava pensando em voltar a me considerar o churrasco seriamente caso passasse do dia 8 e nada acontecesse, mas já me decidi que o prazo final agora é dia 12 de março de 2024.

- Eu não sinto realmente tanto desgosto e ódio por hom*****uais quanto talvez tenha dado (propositalmente) a entender que sinto, o que eu realmente é um certo prazer e euforia no ato de "desgostar" deles (ou seja, não os od**o em si mas gosto da sensação que demonstrar ódio e hostilidade a eles me proporciona); por algum motivo eu escolhi os hom*****uais como alvo mas poderia ser qualquer grupo, afinal de contas o sentimento de ódio INCONDICIONAL importa mais do que o alvo ao qual ele é direcionado (e é importante frisar a incondicionalidade de tal sentimento, afinal de contas é ela que o torna tão excitante e revigorante; não há literalmente nada que os ho*****xuais possam fazer ou deixar de fazer para que eu não sinta mais hostilidade em relação a eles, eu os od**o simplesmente pelo prazer de od**r alguém e não necessito de nenhuma razão para isso). No final das contas, eu acho que eu não ligo pra nenhum ideal maior do que eu, tudo na minha percepção gira em torno de mim e de como eu me sinto - por outro lado, talvez essa atitude que eu tenho já seja, em si, um ideal maior (aqui se aplica perfeitamente o conceito de Vontade).

19/11/2023

- Hoje faz um mês que tomei a decisão de me churrascar e também é uma data importante por no mínimo outras duas razões, as quais eu ainda não falei nada sobre (ou falei muito pouco). Talvez mais tarde eu explique melhor.

- Eu não quero me relacionar com uma moça "normal", eu quero me relacionar com alguém que se churrasque comigo.

- Sempre que eu for tomado pela sensação de que a minha vida ficará permanentemente em um "limbo" de monotonia e mediocridade eu irei me lembrar que possuo a opção do churrasco, ter pensado seriamente em me churrascar e me acostumado com a ideia foi provavelmente uma das melhores coisas que já fiz na vida.

- Eu tenho muitas coisas a falar hoje mas não tenho um pingo de disposição no momento, então acho que vou deixar pra depois.

- Estou criando um leve interesse em motosserras e serras elétricas, pois pensei na possibilidade de arranjar uma para me churrascar (auto-decapitação) e gostei da ideia.

- Eu acho inadmissível continuar tendo tantas lembranças da minha ex e sentindo tanta saudade dela, se for pra continuar assim (vivendo no passado) eu sinceramente acho que não vale a pena continuar vivendo e vou me churrascar logo. Eu preciso de alguém que me proporcione memórias que

substituam as memórias da minha ex, caso contrário o caminho certo é o churrasco.

- Vi uma thumb de um vídeo que tinha uma combinação específica de tonalidades de roxo (eu não entendo nada de cores, então não sei descrever exatamente qual tom era) e isso me lembrou automaticamente da minha ex pois ela usava um fake cuja foto de perfil era a personagem Yukako e a tonalidade das cores nessa foto era a mesma. Isso me deixa triste.

- Não aconteceu nada relacionado à "previsão" de que alguma coisa (referente a conhecer alguém novo) ocorreria hoje, não me surpreende.

20/11/2023

- Dei-me conta de que além de sentir certa inveja da minha ex (por sentir que a vida dela é melhor que a minha, que ela é mais querida pelas pessoas, que ela vivencia mais experiências marcantes, que tudo o que ela faz é mais importante, etc) eu sinto a mesma coisa em relação a outras mulheres, não a todas mas algumas em específico; também me lembrei que na minha infância eu sentia exatamente a mesma coisa em relação a uma prima pela qual eu tinha uma paixonite (não só ela, mas ela foi o primeiro exemplo que me veio na mente). Isso não gera em mim, de forma alguma, vontade de ser mulher, apenas vontade de "supera-las", de ter o que elas têm, de querer "competir" com elas, etc.

- Eu sou plenamente capaz de pensar em longo prazo, compreender as consequências das minhas ações e julgar qual é a melhor decisão, o grande problema é que mesmo tendo essa consciência eu simplesmente não consigo agir, parece que alguma força me puxa pra inércia. Suponha que há um trabalho importante de faculdade semana que vem e você pode escolher entre se dedicar a fazê-lo ou se de distrair fazendo coisas que te dão mais prazer e te interessam mais; quem escolhe a segunda opção normalmente seria uma pessoa que não consegue pensar nas consequências negativas de não fazer o trabalho, que não pensa em como isso irá impactar o seu futuro a longo prazo, alguém que é incapaz de compreender que ter um pouco de esforço agora pra não sofrer lá na frente é melhor do que ter um pouco de prazer agora mas sofrer lá na frente; eu, por por outro lado, sou alguém que compreende tudo isso mas ainda assim simplesmente não consegue focar em fazer o trabalho, e isso é horrível pois eu me torno cada vez mais angustiado justamente por saber das consequências negativas que a minha atitude acarretará (nem mesmo no momento presente eu consigo ter prazer; ou seja, estou pior do que o sujeito que não faz o trabalho por não conseguir pensar em longo prazo, eu reúno o pior de ambos os mundos, sou torturado pela preocupação e ainda por cima uma preocupação infrutífera que não me levará a tomar decisões para sanar a causa da preocupação). Nos poucos momentos em que eu consigo me levar a fazer alguma coisa produtiva (que não seja muito do meu interesse - e geralmente não, pois não me interesso por nada produtivo) começo a ter inúmeros pensamentos sobre como aquilo é difícil demais, sobre como é algo insuperável, sobre como é mais gostoso não estar fazendo nada, sobre como

não vou conseguir nada, etc e ter esses pensamentos me leva a buscar alguma distração rápida pra me aliviar de tal sensação negativa, porém a distração obviamente acaba tirando todo o meu foco e eu volto pra estaca zero, fico ainda mais preocupado e angustiado com o fato de eu não estar conseguindo fazer o que eu deveria, me sinto fracassado por não estar conseguindo resistir e manter o foco, começo a pensar em pessoas me julgando por isso e sinto raiva dessas (sejam elas imaginárias ou não), etc - isso se eu estiver em um dia "bom", o estado mental no qual eu tenho estado nessas últimas semanas torna todo esse processo dez vezes mais incapacitante e angustiante. Eu já procurei ajuda profissional pra isso (na verdade, desde quando eu era criança) e cheguei a tomar alguns remédios pra ajudar na concentração (Ritalina, Concerta e Venvanse), eles de fato ajudam a focar e estar menos suscetível a distrações mas não são nem remotamente o bastante pra que eu consiga focar no que realmente precisa e finalmente começar a caminhar pra frente.

- Acho que um dos maiores obstáculos para que eu consiga focar e ser produtivo é o fato de que a minha cabeça está sempre cheia e agitada, sempre pensando sobre várias coisa diferentes de forma totalmente automática (eu não escolho ficar pensando excessivamente, acontece de forma involuntária), de modo que mesmo quando as condições estão perfeitas para que eu me foque e não me distraia (incluindo, principalmente, quando estou sob efeito de remédios que ajudam na concentração) esses pensamentos acabam tomando o foco do meu pensamento e eu deixo de focar no que realmente é necessário - ou seja, ainda que naquele momento eu possua a capacidade de ter foco e me concentrar essa capacidade é redirecionada para coisas inúteis. Pra piorar, eu nem sei se eu realmente gostaria de deixar de "pensar demais" pois eu sinto que esses pensamentos alheios não são realmente inúteis, eu reconheço racionalmente que eles são inúteis e desnecessários mas ainda assim eu sinto (o conceito de Vontade, sobre o qual eu falei semanas atrás, se aplica aqui) que não, eu gosto de tê-los; uma parte da minha mente reconhece a inutilidade de tais pensamentos enquanto outra parte os vê como algo positivo e que deve ser preservado. Quando eu penso sobre isso eu me lembro de pessoas falando sobre como o problema de fulano é "pensar demais", "ficar muito na abstração e pouco no mundo real", etc e eu fico com muita raiva dessas pessoas pois eu sinto que elas estão falando isso em um tom de deboche, pra inferiorizar o outro (ainda que seja uma interiorização disfarçada de vontade de ajudar) e criar a imagem de que ele é "nerdola"; desejo tudo de ruim pra essas pessoas.

- Aquele "exposed" do tal Gustavo Scat me causa memórias ruins pois eu lembro que isso ocorreu poucos dias antes da minha ex terminar comigo.

- Como já disse anteriormente, além de falar muito pouco do meu dia-a-dia nesse diário (digo o meu dia-a-dia externo, não o que se passa em minha mente) eu também muito raramente referencio eventos atuais (mesmo que eu esteja exposto a eles constantemente, seja na vida real ou por meio do feed de notícias). Entretanto, acho que seria interessante eu começar a referencia-los mais vezes pois isso ajuda a minha memória a funcionar ainda melhor quando eu, futuramente, for pegar esse diário pra ler. Pois bem, atualmente está ocorrendo quatro eventos notáveis: a guerra na Faixa de Gaza, a onda de

calor, os tumultos causados pela realização de um show da Taylor Swift no Rio de Janeiro e também a eleição de Javier Milei como presidente da Argentina.

- Eu sou uma pessoa ruim, esse próprio desejo que possuo de ser conhecido já implica em um desejo de ser melhor do que os outros (afinal de contas, a fama só existe em contraste ao anonimato, só é possível ser famoso se houver pessoas anônimas ao seu redor - se todos fossem igualmente famosos então ninguém seria famoso). Não sei dizer se os termos "narcisista" e "megalomaníaco" podem ser aplicados a mim, afinal de contas eu não me vejo como melhor do que ninguém e tenho a consciência de que na verdade eu sou inferior aos outros em muitas coisas, entretanto eu gostaria muito de estar em uma posição que me colocasse acima das outras pessoas, é algo que desejo bastante.

21/11/2023

Certos momentos eu sinto que estou superando a minha ex mas o problema é que não há nada pra ocupar o lugar dela em minha mente, então é questão de tempo até eu voltar a pensar nela o tempo todo (suponho que pode ter sido exatamente isso que ocorreu em setembro). E não adianta eu tentar, conscientemente, ocupar a minha mente com outra coisa, se for algo forçado não dará certo (pelo contrário, fará eu me sentir ainda pior); é preciso ser algum interesse que surja de forma 100% espontânea, então tudo o que resta é esperar e torcer pra que ocorra logo.

- Não sei se a minha ex aceitaria, hipoteticamente, se churrascar junto a mim caso ainda estivéssemos juntos, mas ela me parece um pouco o tipo de gente que toparia fazer algo assim em determinadas circunstâncias (ela já me contou diversas vezes que ela não sentia medo de morrer e que ela gostava da sensação de perder a consciência). É por isso que eu desejo encontrar uma parceira que seja no mínimo parecida com a ela em personalidade, não quero alguém "normal"; claro que eu não vou querer convencer e muito menos coagir alguém a se churrascar comigo, eu gostaria de alguém que já fosse aberta a tal ideia previamente (ou que pelo menos venha a se tornar aberta de forma espontânea). Essa ideia do churrasco em casal é uma ideia bastante interessante tendo em vista que são poucos os relacionamentos que duram pra vida (principalmente hoje em dia), então da mesma forma que o churrasco individual te poupa de envelhecer fisicamente, decair e acumular traumas futuros o churrasco em casal poupa ambos de passar por um fim de relacionamento.

- Aconteceu coisas bem esquisitas com a minha percepção de realidade nas datas referidas em certos momentos da minha vida, como janeiro de 2016, março de 2016, abril de 2021 e julho de 2021. Do nada (principalmente nessas duas ocorrências de 2016) a minha mente começou a (involuntariamente) desconstruir o significado de tudo, a se questionar o sentido das coisas, a enxergar só caos e aleatoriedade, a ver tudo como supérfluo e sem profundidade, etc. A palavra que melhor descreve isso é "niilismo", mas esse termo pode acabar passando a impressão errada pois eu não estou

necessariamente falando da corrente filosófica, não é como se eu tivesse "pensando demais" sobre a realidade e isso tivesse me provocado uma "crise existencial" (se fosse só isso tava tudo bem); o que aconteceu foi mais uma questão emocional, do nada a minha mente começou a ver literalmente tudo (incluindo coisas como levantar da cama, tomar um copo d'água, dizer "oi" pra alguém, etc) como absurdo, como supérfluo, como vazio de significado e de profundidade, como produto de uma total aleatoriedade, etc - e eu digo que foi uma questão emocional porque aquela não foi nem de perto a primeira vez com a qual eu me deparei com esses tipos de pensamentos, mas foi a primeira vez em que esses pensamentos começaram a me afetar a aparecer na minha mente de forma obsessiva (antes, quando eu me deparava com esse tipo de pensamento eu criava um contra-argumento na minha cabeça ou simplesmente o ignorava mesmo, mas naquele momento é como se o meu "sistema imune" das emoções tivesse pifado). Enfim, ter passado por isso foi muito ruim e o pior de tudo é que não havia pra onde eu "correr" pois não havia nada que me distraísse desses pensamentos, qualquer distração que eu encontrasse já era "desconstruída" na mesma hora pela minha cabeça; todo pensamento que eu tinha era automaticamente contaminado por esse "vírus niilista", igual acontece quando uma fruta podre faz as outras frutos no mesmo cesto ficarem podres também. Eu não cheguei a cogitar seriamente churrasco nesses momentos mas obviamente me vieram os pensamentos de "que diferença faz viver ou morrer no final das contas?" - e até coisas piores, pois noções de moral e ética haviam sido desconstruídas também. O "bom" é que após uns dois ou três dias esse "fenômeno" cessou tão rápido e repentinamente quanto começou, e também sem qualquer motivo (eu não "sanei" tais pensamentos, eu simplesmente parei de me sentir mal com eles e os esqueci um pouco). Hoje em dia (últimos meses) eu me sinto de forma parecida no sentido de ter um padrão de pensamentos negativos que "degenera" tudo o que toca (e desse modo me priva de distrações, pois as próprias distrações acabam virando alvos de pensamentos negativos) e ta sendo no mínimo umas dez vezes pior do que foi quando eu tinha 16 anos, a diferença é que hoje em dia há razões bem mais concretas e específicas pra isso estar acontecendo comigo (ao contrário daquela época, em que não havia literalmente nada, foi algo que surgiu unicamente da minha própria cabeça).

- Posso afirmar que o tema central disso tudo é uma necessidade primordial que sinto de viver experiências marcantes, intensas e especiais, de viver alguma aventura e sair da monotonia, da mediocridade, de ser "só mais um", etc; a busca por um relacionamento é motivada por isso assim como também é o desejo de me tornar conhecido e o desejo de me churrascar (querendo ou não, tirar sua própria vida é um tipo de aventura). A dor que a sensação de niilismo me provocava nos episódios que mencionei agora pouco está intimamente relacionada a isso, pois se tudo é vazio de sentido e significado, se tudo é efêmero e aleatório, então não há aventuras excitantes para eu viver, não há nada de especial, toda euforia e excitação que eu possivelmente irei experimentar será apenas reações químicas e nada mais profundo do que isso; lembro que no final do episódio de março de 2016 eu cheguei em uma conclusão que mudou tudo, eu percebi há pelo menos uma coisa que não pode ser mensurada cientificamente e que inegavelmente existe, a minha consciência (por exemplo, se eu bater o dedão em uma porta só eu vou ter

100% de certeza de que estou sentindo dor; algum cientista pode monitorar os processos bio-fisiológicos que geram e captam aquela dor, talvez até determinar o grau de tal dor, mas somente eu serei capaz de senti-la e ter certeza dela - e essa minha capacidade de sentir é algo inegavelmente real e ao mesmo tempo é por definição impossível de ser mensurada, logo ele uma prova inegável de que há coisas além do material, ainda que o material seja necessário para que a consciência se manifeste), e perceber aquilo foi uma das melhores sensações que já tive ja vida, eu me dei conta que pode, sim, haver algo além - esse é um assunto cujas implicações são tantas e tão significante pra mim que eu precisaria fazer um texto tratando especificamente disso; por agora, vou dizer apenas isso pois não quero deixar o texto ainda maior do que ele já é. Peço a Deus que abra portas para eu viver coisas do gênero e que me dê coragem de aproveitar tais oportunidades.

- O meu atual estilo de vida, marcado pelo isolamento e pelo ócio, obviamente não se encaixa no meu objetivo de viver algo marcante, excitante e excepcional, mas tão pouco se encaixa o estilo de vida considerado "funcional" (aquele que é marcado pela produtividade, socialização, estar bem encaixado na sociedade, ter projetos de vida como construir uma carreira e/ou constituir família, etc; basicamente ser o que chamam de "npc" ou "normie"). Trabalho e esforço não são o oposto de monotonia e mediocridade, a maior parte das pessoas trabalha e se esforça pra cumprir seus objetivos entretanto são pessoas medíocres de vida cinza e monótona, pessoas facilmente esquecíveis e que não possuem nada que as distinga - e eu não tenho nada contra pessoas assim (na verdade, a existência delas é necessária, como relatei ontem), só não almejo me tornar uma delas. Sim, caso eu queira viver aventuras e emoções fortes eu terei de colocar algum esforço nisso, mas se trata de um tipo específico de esforço e trabalho (e tal esforço/trabalho não será um fim em si mesmo; quem exalta o esforço/trabalho como virtude geralmente o vê como fim em si mesmo, não será o caso aqui) - e ousadia, coragem, originalidade e sorte irão contar muito mais do que esforço/trabalho, pelo menos pra esse fim. Escrevo isso pois suponho que uma das primeiras objeções que virá na cabeça de quem ler minhas palavras é que eu preciso de uma ocupação; isso em parte é verdade, mas não pode ser qualquer ocupação, é preciso ser algo que me destaque e me proporcione emoções fortes e marcantes - sim, eu sei que isso faz de mim alguém mimado, com síndrome de protagonista, narcisista, megalomaníaco, etc; mas reconhecer isso não impede que eu continue a me sentir de tal maneira.

- Todos os projetos políticos com alguma relevância no mundo real são incompatíveis com o exercício da minha Vontade (leia-se minha necessidade/expectativa primordial de viver algo marcante, excepcional, mágico, intenso, aventuresco, etc) e por isso não adoto nenhum deles (pelo menos não como ideal). De um, lado há as ideologias do progresso (marxistas e liberais, falando a grosso modo), cujo objetivo final é a criação de um mundo onde todos gozam de igualdade e equidade (tenha em mente que "liberalismo" não é a mesma coisa que "libertarianismo"), onde o conforto material abunda e todos os problemas de ordem material foram ou estão sendo solucionados (essas ideologias possuem discordancias imensas entre si no que diz respeito aos métodos pra se atingir esse objetivo, mas o objetivo é o mesmo, basta

tentar visualizar as consequências finais do ideal que todas pregam); isso obviamente vai de encontro ao exercício da minha Vontade pois se todos estão no mesmo patamar então não há como eu me destacar e me afirmar como excepcional, e se não há mais problemas a serem resolvidos então também não há mais aventuras a serem vividas. Do outro lado, há as ideologias da tradição, que buscam conservar estruturas e instituições existentes ou mesmo restaurar as que existiram no passado, seus adeptos (conscientemente ou não) se opõem ao progresso pois crêem (a grosso modo) que se agarrar a tradições é mais importante do que sanar sofrimentos advindos de desigualdades materiais, opressões e até da própria natureza; tais ideologias são incompatíveis com o exercício da minha Vontade pois, em primeiro lugar, a existência de tradições busca limitar o que eu posso e não posso fazer (ou mesmo pensar), e, em segundo lugar, certas desigualdades/problemas materiais são prejudiciais ao exercício da minha Vontade, já que eu estarei desprovido de meios para tal (por exemplo, se eu tivesse nascido no Paquistão em uma família numerosa, miserável, religiosa e controladora eu estaria impossibilitado de fazer muito mais coisas do que eu estou em minha realidade de fato; a pressão pra me conformar e ser só mais um seria muito maior - e é esse tipo de coisa que as ideologias da tradição buscam, em maior ou menor grau, conservar ou restaurar). Claro que também há pontos positivos em ambas, creio que, por exemplo, se existisse uma possibilidade concreta de desenvolvimento de uma cura para o envelhecimento bio-fisiológico as ideologias do progresso iriam lutar ferrenhamente em prol disso (e isso seria ótimo, tirar o envelhecimento bio-fisiológico da equação faz uma diferença indescritível); no lado das ideologias da tradição há a defesa da desigualdade e a resistência a certas ferramentas modernas de castração psicológica, isso também é ótimo e está em conformidade com o exercício da minha Vontade; entretanto, o problema com ambos os grupos é o seu objetivo final, por isso rejeito ambos no campo das ideias. Também há muitas ideologias que não caem nem em um campo e nem no outro, sendo os principais exemplos os libertários (que não buscam nem o progresso e nem o regresso mas apenas prezam pra que a liberdade e os direitos inalienáveis não sejam violados; isso tem um pouco mais a ver comigo mas ainda é incompatível pois talvez o exercício da Vontade exija violar alguns direitos, além do mais eu não necessariamente creio na existência de indivíduos como entidades 100% independentes, que existem por conta própria e continuariam existindo se postas em um vácuo) e a dita "terceira posição" (que busca o desenvolvimento, fortalecimento e exaltação de um determinado grupo - geralmente uma etnia ou nação - em relação aos demais; e quero deixar claro que faço uma distinção importante entre ideologias que são genuinamente de terceira posição - que olham "pra frente" e buscam o progresso mas apenas pra um determinado grupo e também não vêem o conforto material como objetivo final - e ideologias reacionárias/conservadoras; isso, sim, tem bastante a ver comigo, mas ainda assim não é o que busco pois o que me interessa é a minha própria exaltação e desenvolvimento, não o de um coletivo do qual eu hipoteticamente faça parte); trato cada uma delas de forma individual mas no final das contas também rejeito a todas (apesar de reconhecer que estou mais próximo de umas do que de outras), o único ideal que eu sigo é o da minha exaltação sobre os demais e exercício da minha Vontade.

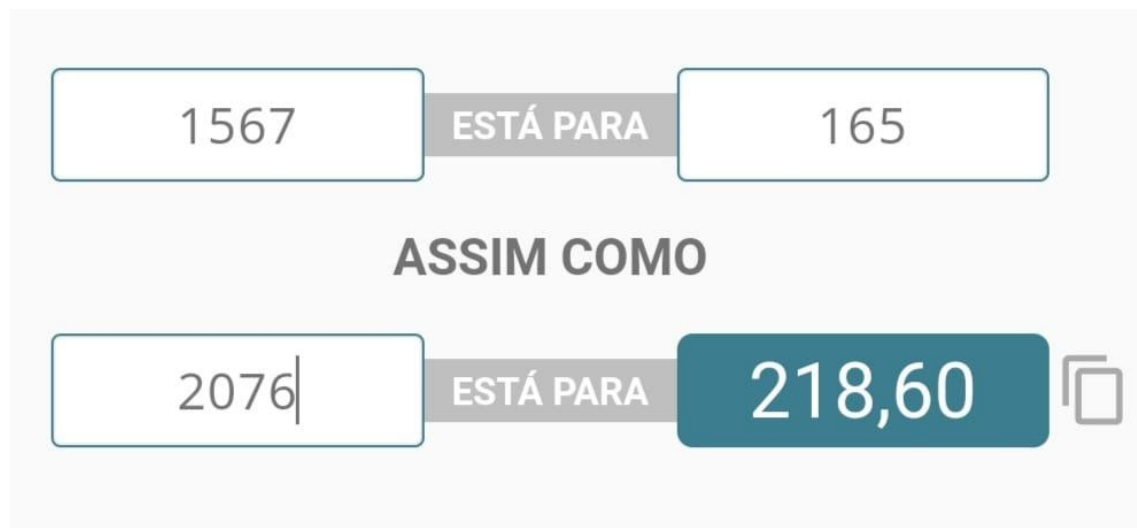
- A minha ex é uma daquelas moças que gostam de se dizer e se ver como doidinhas, perturbadas, esquizo, etc; no dia em que eu me auto-desmembrar e auto-decapitar com uma serra elétrica, gravando tudo, ela vai ver o que é ser perturbado de verdade e perceber que ela é só mais uma "sem sal". Sim, eu sinto uma ânsia de supera-la nessa área também.

- Eu ainda sinto uma ligação muito forte com a minha ex, frequentemente tenho pensamentos involuntários sobre como ela combina comigo e se parece comigo em tantas coisas; pra mim é como se eu e ela estivéssemos apenas temporariamente separados. Infelizmente ela não deve nem se lembrar mais de mim salvo um momento ou outro, enquanto eu fico aqui até hoje tendo devaneios sobre como ela é a minha cara metade. Eu tenho uma sensação muito forte de que ela é igual a mim e acho que é isso que a torna tão única e especial na minha percepção, é por isso que eu não consigo me atrair genuinamente por mais ninguém.

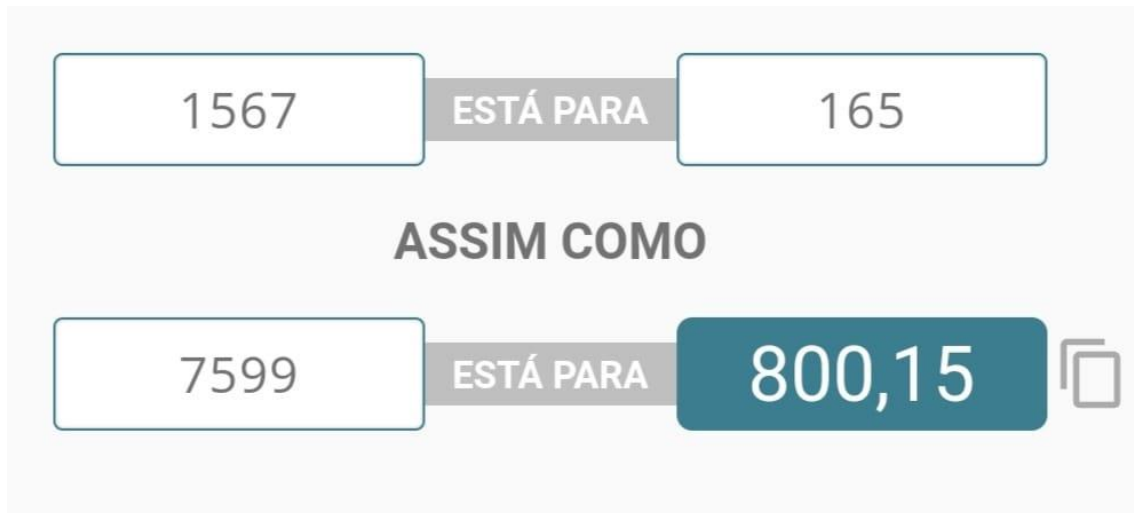
- Creio que o maior contra-argumento a aquela ideia de que eu nunca mais irei ter um relacionamento (pelo menos não um genuíno e satisfatório) pois certas coisas acontecem apenas duas vezes e nunca mais (já falei anteriormente sobre essa minha superstição pessoal) é o fato de que eu namorei de verdade apenas uma vez e não duas; sim, a moça que eu web"namorei" anteriormente apresentava muitas semelhanças com a minha ex, mas na parte que mais importa elas foram diferentes: uma eu vi presencialmente (várias vezes) e assumi o relacionamento, a outra não. Algo que reforça esse contra-argumento ainda mais é que aquele não foi sequer o meu único web"namoro", eu já havia tido outros anteriormente, isso torna tal episódio ainda menos excepcional e portanto sem as qualificações pra se encaixar na máxima das duas ocorrências (isso, supondo que tal superstição seja real, o que já é questionável). O que realmente apresentou excepcionalidade foi o namoro que eu tive fato (o que não ficou só na internet) e até o momento isso ocorreu apenas uma vez, caso a máxima das duas ocorrências seja real eu ainda viverei tais experiências uma segunda vez (provavelmente no futuro próximo). Gosto de fazer analogias entre acontecimentos históricos e acontecimentos da minha vida pessoal, então acabei elaborando uma analogia segundo a qual esse meu web"namoro" de 2022 teria sido como o prelúdio da Primeira Guerra (a formação das alianças entre as potências, o auge do imperialismo, as guerras nos Bálcãs, a intensificação de sentimentos nacionalistas e revanchistas, a corrida armamentista, etc), o namoro que eu tive de fato teria sido como a Primeira Guerra Mundial (o fato de eu ter contato físico com uma mulher seria análogo ao fato de que potências declararam guerra diretamente umas às outras) e o futuro relacionado que supostamente terei será análogo à Segunda Guerra Mundial (ou seja, será consideravelmente mais intenso, marcante e destrutivo que o primeiro - e eu acho isso ótimo, eu desejo que isso ocorra pois se eu vivenciar algo que consiga ser ainda mais destrutivo e intenso que o relacionamento que tive é garantido que irei esquecê-lo e supera-lo); isso tudo significaria que o momento no qual me encontro atualmente seria análogo ao período entre guerras, e todos esses sentimentos angustiantes e ideias tortas que têm aparecido em minha mente são análogos ao que o mundo estava vivendo com a ascensão do comunismo, do fascismo, as crises econômicas,

etc. Talvez isso seja apenas um "cope" meu, mas é um modo legal de acordo com o qual organizar minha percepção das coisas e perspectiva de futuro.

- Suponho que da mesma forma que a Segunda Guerra acabou com AH se churrascando esse meu hipotético futuro segundo relacionamento (que seria análogo à Segunda Guerra ao passo que o primeiro foi análogo à Primeira Guerra) também irá terminar com o meu churrasco.

- Fiz uns cálculos aqui: se o relacionamento que eu tive foi análogo à Primeira Guerra e eu estou destinado a ter um segundo relacionamento que será análogo à Segunda Guerra então a duração desse segundo relacionamento provavelmente será de sete meses e alguns dias, pois se os cerca de 4 anos de duração da Primeira Guerra são análogos aos quase seis meses do meu relacionamento (usei apenas datas oficiais tanto pro meu relacionamento quanto pros conflitos) então os quase seis anos da Segunda Guerra (conto apenas o conflito na Europa) é análogo a uma duração de pouco mais de sete meses. Usei dias pra fazer esse cálculo e depois passei pra meses.

- Reparei que a Primeira Guerra começou em um dia 28 do primeiro mês de um semestre (28 de julho), assim como o relacionamento que eu tive (28 de janeiro); o término da Primeira Guerra, entretanto, foi em um dia 11 enquanto o término do meu relacionamento foi em um dia 12 (diferença de apenas um dia), e foi em meses que não possuem nada a ver um com o outro.

- Seguindo a premissa de que a duração do meu primeiro namoro foi análoga à duração da Primeira Guerra e que futuramente eu terei um segundo relacionamento cuja duração será análoga à duração da Segunda Guerra então é razoável deduzir que o suposto intervalo entre um relacionamento e o outro será proporcional à duração do período entre guerras (que durou de 11 de novembro de 1918 até 1° de setembro de 1939); fazendo os cálculos, obtive o resultado de que esse período de espera seria durará cerca de 800 dias, isso significa que o meu suposto futuro segundo relacionamento está destinado a

ter início dia 18 de setembro de 2025 (a contagem dos 800 dias tem início dia 12 de julho desse ano), quando eu tiver acabado de completar 26 anos - não faço ideia de quem seria a pessoa com quem eu comporia esse hipotético futuro relacionamento mas algo me diz que seria com a minha ex novamente, do mesmo jeito que a Alemanha lutou contra Reino Unido, França, Rússia e Estados Unidos tanto em uma guerra quanto na outra. Não acredito muito nessa teoria e sinceramente sinto até uma certa estranheza e desgosto em pensar que estarei vivo em 2025, mas é algo divertido de se pensar.

- Só pra finalizar, caso essa teoria toda esteja correta e eu inicie um segundo relacionamento dia 18 de setembro de 2025 que dure cerca de 218 dias então a data de término prevista será aproximadamente dia 24 de abril de 2026 (eu ainda terei 26 anos, então ainda não estarei tão velho assim pra ter a "honra" de me churrascar "jovem" - entretanto, eu quero me churrascar bem antes disso, então nem vou me preocupar). Como já disse antes, não boto fé nessa teoria; não nego, porém, que projetar as coisas para o futuro me dá um pouco de ânimo e perspectiva (ainda que seja algo tão bobo e sem sentido).

- Seguindo os cálculos e premissas apresentados acima, o meu presente imediato seria análogo a meados de abril de 1922 (é a data na qual chego ao adicionar 1254 dias a 11/11/1918).

- Sei que a teoria apresentada acima não faz nenhum sentido pois é baseada em premissas absurdas ou no mínimo improváveis (não vou me dar ao trabalho de descrever quais são e os motivos de não terem sentido pois já deve estar bem óbvio), trata-se apenas de um exercício de imaginação. Dito isso, eu talvez possa usar tal teoria como uma motivação (nesse caso, um verdadeiro "cope") pra continuar vivo até setembro de 2025 caso eu não viva nada de marcante e excepcional até lá.

- Acabo de descobrir que entre o dia atual (que é o mesmo dia no qual elaboro essa teoria) e a data de início do suposto futuro namoro há 667 dias, QUASE meia-meia-meia...seria um sinal? Dá pra dizer que já é 666 na prática, afinal de contas o dia de hoje já está quase acabando (são 21:55 nesse exato momento).

From and including: **Terça-feira, 21 de Novembro de 2023**
To, but **not** including **Quinta-feira, 18 de Setembro de 2025**

Result: 667 days

It is 667 days from the start date to the end date, but not including the end date.

Or 1 year, 9 months, 28 days excluding the end date.

Or 21 months, 28 days excluding the end date.

- A perspectiva de me churrascar dentro de 4 meses (ou seja, em março de 2024) faz com que um evento futuro no ano de 2025 pareça algo muito distante. Isso é positivo, sinal de que a perspectiva de churrasco induz minha percepção de tempo a ficar ainda mais lenta (não que isso de "o tempo ta passando muito rápido" fosse um problema pra mim antes - pelo menos disso eu posso dizer que sou livre) e com isso eu tenho muito mais o que aproveitar e valorizar.

22/11/2023

- Hoje completa um ano que eu a minha ex começamos a nos falar, triste.

- A data de término da Guerra Franco-Prussiana foi um 28 de janeiro, assim como a data do início oficial de meu relacionamento.

- Hoje (22 de novembro de 2023) falta 111 dias para o prazo final (12 de março de 2024).

- Como já mencionado anteriormente, hoje completa 1 ano desde que a minha ex e eu nos falamos pels primeira vez; entretanto, além disso hoje também falta 111 dias para o prazo final de não me churrascar e exatamente 666 dias para o início do meu suposto futuro segundo namoro (expliquei ontem como cheguei na conclusão de que supostamente haverá um segundo relacionamento e ele supostamente terá início em tal data). Hoje é, realmente, um dia bastante significativo e simbólico.

- O meu celular acaba de dar tela azul e reiniciar. Caso ele estrague isso irá agravar um pouco o meu estresse mas nada muito grave, o problema de fato é que eu só poderei atualizar aqui quando eu estiver no computador/notebook (ou seja, pouco tempo, já que na maior parte do dia estou fora de casa)

23/11/2023

- Qualquer referência ao Clube da Luta faz eu me sentir mal pois nos últimos dias do relacionamento a minha ex estava lendo esse livro (e assistiu o filme também).

- Hoje, novamente, acordei mal por estar sentindo saudades da minha ex. Não está tão ruim igual estava umas duas semanas atrás mas piorou.

- Acho engraçado que as pessoas achem ruim que alguém não seja produtivo e não contribua positivamente com a sociedade mas ao mesmo tempo não querem (ou pelo menos fingem não querer) que tal sujeito morra (e dessa forma deixe de gerar prejuízo para a sociedade). Sejamos sinceros, se alguém passa a vida inteira gerando mais custos do que benefícios pra sociedade vai ser muito difícil que essa pessoa consiga reverter isso, e ainda que consiga vai levar anos e anos de muito esforço e foco até a contribuição dela sair do

vermelho; portanto, se você acha ruim que fulano seja inútil, um peso morto pra sociedade, improdutivo, etc o mais lógico seria defender (ou pelo menos desejar) que fulano morra, assim ele deixa de gerar prejuízo constante (e talvez dê pra aproveitar os órgãos dele ou algo assim pra cobrir um pouco do prejuízo deixado por ele) - mas, não, o senso comum leva as pessoas a querer que o improdutivo continue vivo (a não ser que ele tenha competido algum crime hediondo ou algo do tipo) mesmo reclamando que a existência dele gere prejuízo pra sociedade (ou seja, não faz sentido nenhum); se o fulano morrer em um acidente ou um assalto a pessoa vai tratar isso como algo triste e trágico, se o fulano estiver doente a pessoa vai desejar melhoras, se o fulano quiser se churrascar a pessoa vai falar "não se churrasque, fulanilson, a vida é bela e sempre há esperanças e blablabla" (sendo que a pessoa deveria é comemorar e incentivar a decisão do fulano), etc. Realmente não entra na minha cabeça que as pessoas achem ruim você ser v*g**undo e parasita mas ao mesmo tempo não queiram que você morra; ou é uma coisa (aceitação total da v*g***ndagem, do neetismo, do parasitismo, etc) ou é a outra (extermínio de quem não for produtivo ou no mínimo tiver chances de reverter seu prejuízo em um curto período de tempo), qualquer meio-termo é incoerente e talvez até cruel (pois você vai querer que a pessoa fique viva só pra carregar o estigma de ser parasita, peso morto, etc).

- De novo eu estou com aquela sensação de que já é tarde demais, de que já acabou, de que eu estou atrasado, de que eu estou vivendo no passado e não há como reverter isso, de que eu estou defasado, etc. Eu deveria descrever de forma detalhada o que eu estou sentindo exatamente pois é fácil entender outra coisa (por exemplo, entender que eu estou dizendo que me sinto atrasado e defasado em relação a realização de alguma conquista ou objetivo em específico, quando na verdade se trata de uma sensação geral que permeia todo o meu estado de espírito, algo comparável a ser um fantasma e querer viver as experiências de pessoas que estão vivas), mas como eu já expliquei isso em trechos anteriores desse diário eu vou me permitir não ter esse trabalho.

24/11/2023

- O evento importante que ocorreu nesse último domingo e eu não quis falar sobre foi o meu batismo em uma igreja batista. Não gosto de tocar no assunto pois eu tenho plena consciência de que os pensamentos e ideias que venho tendo não estão em conformidade com o que Deus e a Bíblia ensinam; não sei explicar o que acontece em minha mente quanto a isso, parece que eu compartimentalizo as coisas, de modo que ao mesmo tempo que eu continuo acreditando no Deus bíblico e também cultivo uma perspectiva de realidade contrária a Ele (diria até mesmo que minha perspectiva é uma perspectiva gnóstica, em certos momentos). Eu pretendo falar disso mais detalhadamente depois, por enquanto fica sendo só isso.

- Estou pensando em buscar aos poucos me familiarizar ainda mais com o churrasco, através de coisas como encostar uma faca na minha garganta, ficar na beirada de lugares altos, etc. Não que eu realmente pretenda me churrascar

de qualquer uma dessas formas (já falei que eu quero auto-decapitação), é só pra gerar aquela sensação de que é algo palpável e que pode acontecer a qualquer momento. Eu realmente estou me sentindo um pouco melhor agora (nesses últimos dias) do que estava me sentindo quando iniciei esse diário, mas isso na verdade é um motivo a mais pra que eu comece logo a preparar o churrasco, pois caso eu pior de novo quero já estar com tudo pronto ou o mais pronto possível (afinal de contas, se eu estiver me sentindo mal estarei com pouca disposição para preparar as coisas).

- Estou sentindo uma inquietação muito forte hoje de manhã, um pouco de desespero também; o sentimento é de que essa situação (não vou falar o que, pra não ser repetitivo, mas acho que está fácil entender) não pode ficar assim, alguma mudança radicais precisa ocorrer e se não ocorrer eu próprio preciso fazer alguma coisa (me churrascar é a primeira opção que vem na mente, mas não a única).

- Dizem que cada dia que passa é um dia que você está mais próximo da morte, eu reconheço que isso é verdade mas não acho que seja algo ruim; eu não tomo a posição anti-vida de que tudo é sofrimento, nada vale a pena, tudo é ilusão, etc. Na verdade, eu amo a vida, e é justamente por isso que eu me sinto triste e tenho vontade de me churrascar, pois há coisas belas e prazerosas na vida e eu não quero ver essas coisas ruindo com o tempo - ou seja, o problema não é a vida e a existência como um todo, mas realidades que estão inclusas nelas. Uma criança que vê o tempo passando e se torna adolescente e depois jovem adulto está "se aproximando da morte" mas isso não é um problema pois ela está rumando em direção ao auge de sua vida, cada dia que passa ela melhora e se desenvolve, ela tem uma perspectiva de futuro e um potencial a ser explorado; já para um adulto isso é negativo, pois o único rumo dele de agora em diante é a decadência, não há mais potencial a ser explorado, há cada vez menos coisas pra darem uma perspectiva de futuro, você se vê obrigado a errar cada vez menos em suas escolhas, sua aparência e saúde se deterioram, etc - olhando por esse lado, é até bom que a pessoa vá morrer algum dia, assim esse sofrimento (causado pelo envelhecimento bio-fisiológico e também, em menor grau, pelo envelhecimento cronológico e social) acaba, bom seria se acabasse bem antes (por isso vejo o churrasco como opção extremamente plausível). O que eu quero dizer aqui é que a vida vale a pena ser vivida caso ela seja vivida sob certas circunstâncias específicas (ser jovem, ter uma boa aparência, ter saúde, ser amado, viver experiências marcantes e significantes, ser lembrado pelos outros, etc), então eu discordo do discurso de pessimistas anti-vida e o motivo pelo qual eu quero me churrascar é justamente o fato de existir um tipo de vida que vale a pena mas eu não o estar vivendo (enquanto há pessoas que o vivem).

25/11/2023

- Não tenho o que dizer hoje, meus pensamentos estão muito confusos e inconstantes, sei dizer que são quase todos negativos mas como ficam pulando de tópico em tópico eu sequer consigo refletir sobre eles e determinar o que

são, a causa, as especificidades, etc. Isso é chato pois ter essas reflexões me alivia um pouco e ser de combustível pra eu escrever mais coisa aqui.

- Vi um casal de namorados andando de mãos dadas na rua (ambos pareciam novos, mas não pude observar direito), fiquei mal com isso pois me lembrei na mesma hora de como meses atrás era eu e minha ex que estávamos andando de mãos dadas nessas mesmas ruas (e fiquei pior ainda ao lembrar que eu sou o único que sente saudades disso, ela provavelmente nem lembra mais). Sei que esse tipo de coisa é ridículo pra quem observa de fora, mas eu vou fazer o que? Eu me sinto mal com isso e sinto vontade de viver esse tipo de coisa outra vez, você espera que eu magicamente deixe de sentir isso? Eu até gostaria, mas não é possível, não tenho controle algum sobre o que a minha mente faz, pensa e sente.

- Ultimamente venho tendo pensamentos mais agressivos, violentos e raivosos; considero isso um bom sinal, pois eu já tive esses pensamentos em inúmeros outros momentos de minha vida e deixo de tê-los justamente nos momentos em que estou mais triste e pra baixo (e justamente por isso não os vinha tendo a meses). Nos dias iniciais desse diário eu fiz questão de dizer que não odeio ninguém e não quero machucar ninguém além de mim mesmo, isso ocorre pois nos meus momentos de tristeza eu me sinto muito carente, vulnerável e dependente de aceitação alheia, e portanto busco (quase inconscientemente) eliminar pensamentos e emoções anti-sociais; basicamente eu ficava pensando em como as pessoas iriam deixar de sentir pena e/ou empatia por mim caso lessem esse diário futuramente e encontrassem trechos onde expresso ódio e vontade de fazer mal pros outros, e pensar nisso me deixava mais triste ainda e por isso eu fazia questão de não só não expressar nenhum sentimento do tipo como me impedir de sentir qualquer coisa assim - mas acho que agora isso já está mudando...

- Eu estou me sentindo até tranquilo agora (digo nesse exato momento, pois no resto do dia ei estava me sentindo mal), me sentindo genuinamente em paz (não com falsa euforia); pensar em minha ex me da uma leve tristeza e saudade mas não está tão forte, pensar em envelhecimento bio-fisiológico e na condição do celibato involuntário não está me gerando ansiedade mais. Creio que seja passageiro e amanhã mesmo eu volte a sentir angústia e ansiedade, mas suponho que daqui pra frente momentos de tranquilidade como o que estou sentindo agora vão se tornar mais comuns. Se ainda quero me churrascar? Óbvio que sim, me churrascar é o meu projeto de vida, estar me sentindo melhor só me encoraja mais ainda a planejar o churrasco; a diferença é que vai ser um churrasco caprichado, de alto teor artístico e realizado apenas após eu ter passado por várias experiências marcantes, não um churrasco deprimente e desesperado.

- Sendo sincero, eu não consigo sentir atração por boa parte das mulheres que estão acima do peso ou são mais velhas (se for uma combinação dos dois piorou), admito que eu também tenho exigências; eu não era assim antes (ou pelo menos acho que não) mas depois de ter namorado a minha ex meu "padrão" acabou aumentando. Eu sei que aos olhos de muita gente eu não estou em posição de escolher, mas isso não é questão de escolher e sim de

genuinamente não conseguir sentir atração; levando isso em conta, eu acho até positivo que mulheres nesse perfil não tenham qualquer interesse em mim e espero que continuem a não sentir (pois se sentirem é possível que eu entre no dilema de ficar com uma só pra não ficar sozinho e eu não quero isso, se eu escolher ficar com uma é capaz de eu ficar me sentindo até pior depois). Não tenho nada contra nenhuma delas, só não sinto nada.

26/11/2023

- Como já disse antes, o meu prazo final é até dia 12 de março de 2024, se eu melhorar consideravelmente até lá (começar a ir bem nas matérias da faculdade em que estou indo mal até então, definir um novo rumo pra minha vida e, principalmente, esquecer a minha ex por completo ou quase por completo) não me churrasco (e, se eu falhar, me churrasco); caso eu passe dessa fase (não estou contando com a possibilidade de eu passar), o próximo prazo será setembro de 2025 (por conta daquela "previsão" que fiz), caso eu não conserte de vez minha vida amorosa até lá (ou seja, caso eu volte a sentir falta da minha ex, continue sozinho, não encontre ninguém, continue na condição de celibatário involuntário, etc) eu talvez me churrasque, mas mesmo que eu falhe não é garantia que eu vá me churrascar pois se outras coisas estiverem dando certo em minha vida é possível que eu nem esteja mais ligando tanto pra estar sozinho (sim, eu sei que isso seria algo momentâneo e posteriormente eu voltaria a sentir a falta de uma companhia, mas eu já planejo necessariamente me churrascar no futuro de qualquer forma, a única coisa que esse fator influencia é na escolha do momento futuro em que o churrasco será realizado), e além disso pode acontecer inúmeras outras coisas na minha vida até lá que façam eu querer me churrascar antes ou depois disso (a data de 18 de setembro de 2025 é uma mera sugestão, não algo decidido, até porque ela é baseada em uma previsão non sense que fiz); após setembro de 2025 o próximo prazo será a conclusão do meu curso, o que deve acontecer em algum momento de 2027 ou 2028 (se eu não conseguir terminar a faculdade me churrasco ou faço uma mudança de planos radical). Caso eu tenha uma sorte absurda em chegar nos meus 28 anos com a minha vida completamente e alinhada a meus meus objetivos (concluído a faculdade, arrumado emprego/fonte de renda, entrado em forma, conservado minha aparência física o máximo possível, arranjado uma parceira, etc) pretendo viver até os 33 anos, dessa idade eu DEFINITIVAMENTE não quero passar (então digamos que a minha data final é o dia 13 de setembro de 2033, pois no dia seguinte eu completaria 34); escolhi os 33 anos por ter aquele aspecto místico de ser a idade em que Jesus Cristo foi crucificado mas, sinceramente, acho que 33 já está velho DEMAIS, com certeza a minha decadência física já será perceptível com essa idade mesmo que eu me cuide o máximo possível; pretendo aproveitar a vida bastante até lá, deixar um legado imenso e me churrascar da maneira mais dramática, artística e grandiosa possível (não direi o que tenho em mente, entretanto) - e a data de 13 de setembro de 2033 é apenas a último dia possível, pretendo realizar o churrasco antes disso, de preferência no final de 2032 ou início de 2033. Partindo de hoje, falta 107 dias para 12 de março de

2024, 662 dias para 18 de setembro de 2025 e 3579 dias para 13 de setembro de 2033.

- Acho prazeroso planejar essas coisas e ficar olhando essas datas, mas me dar conta de que acho isso prazeroso faz eu me sentir um pouco mal pois eu me lembro que a minha ex também tinha esse comportamento de adorar planejar as coisas e isso tomar toda atenção dela (ela própria relatava se sentir assim). Eu tenho muitos traços de comportamentos em comum com a minha ex e isso seria ótimo caso ainda estivéssemos juntos mas como ela me largou acaba sendo uma fonte de tristeza pra mim ficar sendo lembrado disso.

- Vi aqui em minha carteirinha da faculdade que a validade dela é até o dia 31 de julho de 2028. Esse passará a ser mais um dos prazos, se eu cumprir minhas metas anteriores a isso mas fracassar em concluir meu curso até esse dia eu pensarei seriamente em me churrascar. Nesse exato momento falta 1709 dias até o dia 31 de julho de 2028.

- Estou me sentindo realmente bem agora, mas é preciso eu ter a consciência de que essa euforia não vai ser permanente e que até mesmo as minhas metas e objetivos irão mudar com o tempo. Por isso, devo aproveitar o momento ânimo pra começar a construir as bases do que planejo, deixar um "framework" pronto pra guiar minhas futuras ações (caso eu esteja vivo até lá) quando eu voltar ao estado de espírito no qual eu estou agora, pra que eu não tenha de começar do zero.

- Eu não teria iniciado esse diário se fosse pra inicia-lo hoje, pois o meu estado de espírito agora já é consideravelmente diferente do que era há um mês. Entretanto, justamente por isso me sinto agradecido de ter tomado a decisão de me churrascar e registrar isso extensivamente, pois agora eu já tenho um rumo vagamente definido a seguir, eu tenho uma série de projetos e planos (advindos dessa "crise") à qual me apegar; caso eu não registrasse nada, tudo o que eu senti de negativo teria sido completamente em vão (e isso seria muito deprimente de se pensar), mas como eu registrei tudo agora tenho algo "construído" ao qual me ater e isso é ótimo pois acaba com aquela sensação de estar em um limbo, de estar andando em círculos, de estar completamente sem rumo, etc.

- Hoje eu me deparei com uma enquete no meu feed onde era feita a pergunta "você aceitaria um parceiro que concordasse com você em tudo?" (ou algo assim) e apareceu o perfil da minha ex (o Facebook ainda me mostra o perfil dela mesmo eu não a tendo mais adicionada) votando na opção "não, muito esquisito"; fiquei incomodado com isso pois lembro dela me falando, após terminar, que se incomodava com eu não discutir com ela por nada e isso a fazia se sentir mal pois ela ficava sem jeito de reclamar de qualquer coisa minha que ela não gostasse e por isso (entre outras coisas) resolveu dar um fim logo. Eu até entendo achar esse comportamento algo negativo caso a pessoa faça de maneira forçada e consciente só pra ter a aprovação alheia, mas isso não era o meu caso, eu genuinamente não sentia vontade de discutir e reclamar com ela por nada, eu estava agindo de modo 100% natural. O bom

é que isso não me abalou tanto igual abalaria caso ocorresse algumas semanas atrás.

- Com 33 anos eu já estarei muito velho, nem consigo imaginar direito como vai ser chegar nessa idade, provavelmente eu vou querer realizar meu ato antes disso ainda que tudo dê certo pra mim. Essa idade de 33 é apenas o máximo do máximo que pretendo viver mesmo, um prazo do qual eu não posso passar vivo sob hipótese alguma (e, corrigindo algo que falei hoje mais cedo, é incerto a idade com a qual Jesus morreu, quando eu falei de ser 33 anos quis me referir à aura mística em torno dessa idade de um modo geral). O ideal seria me churrascar antes dos trinta, mas caso eu termine a faculdade com 28 isso me dá apenas um ano pra viver "livremente" e fazer tudo o que pretendo; talvez eu deva deixar pra logo antes de completar 31, mas não há nenhuma mística em torno dessa idade...de qualquer forma, eu ainda tenho tempo o bastante pra decidir esse detalhe em específico.

- Só me churrascarei aos 33 caso a minha aparência e vigor físico estejam realmente muito bem preservados e talvez até melhores (eu pretendo buscar me cuidar o melhor possível caso eu arranje os meios para tal, mas nem mesmo auto-cuidado pode contra o envelhecimento bio-fisiológico). Se eu notar uma decadência considerável antes disso (o que é bem provável) me churrasco naquela hora mesmo e acabou; eu faço questão de estar o mais fisicamente apresentável possível no momento em que eu for me churrascar, já falei sobre isso antes.

- Se eu falar que não vou atrás de outra pois só quero a minha ex muitos dirão/diriam que na verdade é porque eu não consigo e que se eu conseguisse eu esqueceria a minha ex fácil; se eu falar que não arrumo outra porque não consigo muitos dirão/diriam que isso é desculpa minha por eu ainda estar muito apegado na minha ex. Não sei o que dizer, acho que é as duas coisas (eu não quero outra mas ainda que eu quisesse eu não iria ter abundância de escolha) mas gosto de dar uma maior ênfase no fato de eu não conseguir pois é o que mais me afeta negativamente na prática; quando minha ex terminou comigo eu só aceitei e pronto, não tentei ficar convencendo-a a continuar comigo dizendo que sem ela eu não iria conseguir mais ninguém, mas era exatamente assim que eu estava me sentindo e hoje em dia só tenho ainda mais convicção disso - ter tido esse relacionamento foi um momento de sorte e provavelmente não irá se repetir (eu sei disso pois só aconteceu uma única vez na minha vida e apenas depois de velho); não sei se ela sentiria qualquer mínimo ciúme caso hipoteticamente recebesse a notícia de que estou com outra mas caso sentisse ela pode ficar tranquila já que provavelmente isso não ocorrerá (me pergunto o que ela pensará se daqui anos ficar sabendo, de alguma forma qualquer, que eu nunca tive outra além dela; acho possível que ela sentirá um pouco de desprezo, ou talvez não sinta literalmente nada).

- Sinto que estou velho demais pra relacionamento, eu ter tido um relacionamento aos 23 anos foi como uma última tentativa desesperada de reverter um quadro e que infelizmente falhou (e se falhou não há mais pra onde correr). Claro que tecnicamente é possível ir atrás de outros relacionamentos em qualquer idade, mas sinto que há uma espécie de força sobrenatural

determinando que somente relacionamentos na juventude terão aquele sentimento genuíno de magia.

- Li hoje sobre o atentado de San Bernardino, de 2015, e fiquei encantado com a história pelo fato dos atiradores (Syed Rizwan Farook e Tashfeen Malik) serem um homem e uma mulher e eles serem casados um com o outro, achei muito romântico e de certa forma até motivante. O melhor é o detalhe de que eles se conheceram pela internet e apenas depois de velhos (no momento, se me lembro bem, ele estava com 26 e ela com 27). Esse rapaz teve muita sorte.

27/11/2023

- Me lembrei que durante as primeiras semanas conversando com a minha ex eu estava lendo bastante sobre caso de serial killers homossexuais e enquanto lia sobre o serial killer homossexual Fritz Haarmann eu acabei me deparando com a história de Fritz Angerstein, que também era alemão e viveu na mesma época e também recebeu a pena de morte por assassinato em massa (mas no caso dele não eram assassinatos em série e sim uma chacina, pois ele matou um membro de sua família e começou a assassinar os demais na medida que eles chegavam em casa, para acobertar seu crime), eu mostrei isso pra ela e ela disse que lembrou do ex dela (por causa da instabilidade e impulsividade do criminoso). Está prestes a fazer um ano que isso ocorreu.

- O que eu realmente gostaria que acontecesse é uma espécie de evento místico e sobrenatural que me levasse pra uma outra realidade, só não sei especificar o que e como exatamente (se é que há algo pra especificar, afinal de contas seria apenas um exercício de imaginação), isso tem a ver com aquilo de eu sentir a necessidade de enxergar uma "profundidade" em tudo, de querer que as coisas sejam mais especiais e mágicas do que supostamente são na realidade; na verdade, acabo de me dar conta (agora mesmo) que eu já tinha esse desejo desde criança, enquanto algumas crianças sonhavam em ser essa ou aquela profissão (que por mais mirabolantes que sejam ainda eram sonhos com base na realidade) eu sonhava em ir pra um outro universo/realidade/dimensão e passar centenas de anos (não haveria envelhecimento, desde essa idade eu já pensava nisso) vivendo aventuras épicas. Isso não vai acontecer, mas sem dúvidas é o que eu mais desejaria que acontecesse.

- Acabo de ver uma postagem de ranking da sorte pro ano (no caso, 2024) no qual as datas de nascimento são colocadas em um ranking do mais sortudo pro mais azarado (no caso, determinando o quão sortudo ou azarado você será naquele ano), fui olhar só de curiosidade qual era a última posição (366° lugar) e é justamente a data de aniversário da minha ex (e a minha data tava em oitavo, entre os dez primeiros colocados). Não acredito nisso, não acredito que eu vá ter sorte e ela terá azar em 2024 e é bem possível que ocorra justamente o oposto; entretanto, eu queria deixar isso registrado.

- Passei a me sentir mal sempre que ouço alguém falando de "despersonalização" (o processo psicológico) pois me lembro da minha ex conversando comigo sobre isso no primeiro dia que a gente se viu pessoalmente (a gente estava andando de mãos dadas em uma avenida daqui da cidade e estava anoitecendo, estávamos voltando de um certo lugar onde tínhamos ido durante a tarde).

- Observar a forma como as coisas (qualquer coisa) se transformam com o tempo (independente de ser pra melhor, pior ou nenhum dos dois) me causa muito incômodo e angústia, me dá a sensação de que eu já estou fazendo hora extra na Terra e isso está intimamente associado a aquela sensação de que "tudo acabou", de que já é tarde demais, etc; ver as coisas mudando com o passar do tempo faz eu me sentir como se eu já tivesse morrido e me tornado um fantasma, só observando tudo passivamente e de forma distante, esquecido por todo e todos, deixado no passado, irrelevante, etc. Não consigo nem conceber como pessoas de 50-60 anos processam esse tipo de coisa, já que eles viveram e viram muito mais coisas e a juventude deles (que a época em que vale a pena estar vivo) já se foi há décadas (e mesmo assim eles continuaram vivendo), mas acho que a grande maioria nem para pra pensar nisso; creio que se eu chegar aos 30 eu já não estarei mais aguentando isso, ainda bem que pretendo NÃO viver mais que isso sob hipótese alguma.

- Ao mesmo tempo que essa impermanência e inconstância da realidade (falei disso no registro anterior) me geram angústia eu também consigo enxergar beleza nesse processo, justamente por isso eu gosto tanto de história. Entretanto, quando se trata de eu próprio testemunhar a inconstância com meus próprios olhos eu a acho angustiante; uma coisa é ler sobre como o mundo se transformou, por exemplo, entre 1900 e 1950 (isso é prazeroso), outra coisa é vivenciar o mundo se transformando entre 2014 e 2024 (isso é angustiante).

- Eu gosto bastante da ideia de haver pessoas que vão ficar do seu lado, te apoiar e te proteger mesmo que você faça algo muito errado (e não estou falando de haver a suspeita de que você fez algo errado e as pessoas escolherem acreditar que você não fez, eu estou falando ESPECIFICAMENTE de você ter de fato feito algo errado, as pessoas não terem dúvidas disso e mesmo assim tomarem o seu partido). Eu não acho isso certo, acho errado, mas não consigo deixar de achar algo bonito; acho muito gostoso isso de você "passar pano" pra alguém que fez uma atrocidade só porque a pessoa é seu amigo ou parte da sua família (ou ter gente "passando pano" pra você pelo mesmo motivo), da uma sensação boa de acolhimento e alívio de culpa. Um exemplo histórico disso seria o de certos setores da sociedade alemã que acolheram veteranos de guerra no pós-1945 mesmo estando cientes de tudo o que aconteceu durante o conflito, só por serem alemães também; uso esse exemplo da Alemanha pois creio ser o mais fácil de se entender mas o mesmo se aplica a inúmeros outros episódios do mesmo tipo envolvendo outros regimes, outros países, outra época, outro contexto, outros grupos, outra escala, etc, no final o que importa é esse sentimento tribalista irracional de

reconhecer o mal de alguém mas dar apoio mesmo assim só por ser "um dos seus" - é muito errado mas é gostoso.

28/11/2023

- Perdi 4kg e minha circunferência abdominal e do quadril diminuíram 2.5 e 2cm respectivamente, não perdi força e nem musculatura. Até que ta bom, pelo menos isso ta dando certo pra mim; se Deus quiser até o final do ano que vem eu coloco o tal "shape de praia". Quero estar em minha melhor forma física possível quando eu for realizar o churrasco.

- Hoje completa 10 meses que eu vi a minha ex pessoalmente pela primeira vez.

- Caso eu fosse me churrascar com a mesma idade que Yukio Mishima se churrascou o ato deveria ocorrer dia 24 de julho de 2045 (exatamente 22 anos e 12 dias após a minha ex terminar comigo). Isso é muito tempo, a distância entre hoje e essa data é a mesma distância que entre hoje e abril de 2002 (uma época em que eu era novo demais pra sequer ter memórias); pretendo estar morto há mais de uma década antes desse dia chegar.

- Continuo a pensar na minha ex o tempo todo, toda hora eu me lembro de algum momento específico que passei com ela e sinto saudades.

- Considero que a atual época da minha vida teve início dia 16 de janeiro de 2020, muita coisa coisa mudou desde então mas certas constantes se mantiveram e elas são o que definem esse período no qual eu vivo hoje em dia; aconteceu algo muito marcante nesse dia mas prefiro não comentar o que é, pelo menos não agora (mas provavelmente irei falar sobre isso no futuro). Eu não lembrava de qual dia era mas lembrava que foi em uma quinta, que foi em janeiro de 2020 e que eu havia assistido um vídeo sobre o Elliot Rodger na data em questão, então bastou eu olhar o histórico do Youtube pra determinar o dia exato.

- Entre a data de início desse atual período da minha vida (16 de janeiro de 2020) e o momento presente (28 de novembro de 2023) se passou 1412 dias, se eu somar essa quantidade de tempo à data atual o resultado será dia 9 de outubro de 2027 (quando eu terei acabado de fazer 28 anos); isso me preocupa, significa que estou bem próximo da velhice pois o que aconteceu 1412 dias atrás parece distante mas não tão distante assim, então 1412 dias no futuro não é algo tão longínquo também.

- Entre a data de início desse atual período da minha vida (16 de janeiro de 2020) e a data em que eu vi a minha ex pessoalmente pela primeira vez (28 de janeiro de 2023) se passou 1108 dias ou 3 anos e 12 dias.

- Talvez eu já esteja em um novo período da minha vida, um que tenha se iniciado dia 19 do mês passado quando finalmente passei a enxergar o churrasco como opção. Ainda é cedo pra dizer, entretanto, eu teria que esperar

passar mais tempo pra então observar se as constantes definidoras de época mudaram e foram substituídas por outras; mas creio ser possível que sim, pois tanto abraçar a ideia do churrasco como passar a relatar isso em um diário são coisas novas pra mim e que fizeram bastante impacto.

- Muitos falam sobre como somos apenas um grão de areia em um oceano, sobre como somos pequenos e irrelevantes, sobre como nossas existências são como o piscar de um olho, sobre como as nossas identidades, vivências, desejos, sentimentos e idiossincrasias são coisas extremamente efêmeras e que não deveríamos ter apego a nada por isso; eu não só discordo COMPLETAMENTE dessa conclusão como sinto repulsa dessa linha de pensamento. Ainda que tudo isso seja verdade (e boa parte realmente é) eu não abro mão do meu ego, não me importa o quão irrelevantes, mutáveis e efêmeros são os meus gostos, desejos e ambições pois mesmo reconhecendo que talvez sejam eu continuo a afirma-los e cultiva-los; também não me importa que essa minha atitude seja irracional, eu me agarro ao meu ego como um fim em si mesmo e é nisso que consiste a Vontade (falei desse conceito anteriormente). Em uma escala maior das coisas o meu desejo de fazer algo grandioso e de viver algo marcante talvez seja bobo e irrelevante e o mais "racional" a se fazer seria deixar isso pra lá pois nada importa, todos serão esquecidos, tudo é vaidade, tudo é efêmero, etc, mas e daí? Mesmo sabendo de tudo isso eu continuo a querer afirmar meus desejos e ambições, talvez me agarrando a eles até com mais paixão do que antes; eu simplesmente quero e nada mais importa. O motor da história humana é o embate entre a Vontade e a existência, é graças a pessoas que pensam como eu (ainda que muitos não tenham tido a consciência de que pensavam assim) que as coisas acontecem.

- O aprisionamento é uma tortura extremamente cruel e não deveria ser utilizada como punição pra nada, a coisa mais valiosa que temos é o tempo e o aprisionamento nos rouba tempo de vida; se alguém de vinte e poucos anos receber uma pena de dez anos a pessoa terá perdido sua juventude completamente e terá de viver com isso depois (sem falar na tortura de ficar confinado no mesmo lugar todo dia sem ter acesso a nada além do básico), seria muito melhor simplesmente morrer (e isso sem nem levar em conta as condições extremamente insalubres e perigosas de algumas prisões). As únicas punições realmente justas para qualquer crime se resumem a pena capital, um castigo físico pontual (ou seja, não pode ser uma tortura que leve dias) e multas, qualquer coisa além disso é perverso. Tendo em vista que a polícia e demais órgãos estatais de segurança e justiça são todos engrenagens desse sistema eu possuo o posicionamento de que ações de represália contra eles são plenamente justificáveis (mas não me entenda errado, eu não sou do tipo de pessoa que é contra a polícia por achar que ela é racista, fascista, lacaios da burguesia/capitalismo, etc, longe disso; eu sou contra a polícia simplesmente porque a polícia prende pessoas e o aprisionamento é uma das coisas mais perversas que existe, pelos motivos já citados).

- Ontem ocorreu um problema de contaminação na água do campus da minha faculdade e as aulas foram suspensas hoje e amanhã, eu fui mesmo assim porque acabei não vendo o aviso e tive que voltar. Só estou registrando isso

porque esses acontecimentos corriqueiros do dia-a-dia muitas vezes servem de ponto de referência pra mim, então é útil saber a data em que ocorreram.

29/11/2023

- Acordei mais uma vez sentindo saudades da minha ex, fiquei lembrando de algumas declarações que ela fazia no início do namoro e me deu até vontade de chorar. Acho que estou piorando de novo.

- Muitas vezes eu fico com um sentimento de antecipação, uma sensação de que algo importante está prestes a acontecer, e hoje em dia esse sentimento me gera tristeza porque eu sentia a mesma coisa o tempo todo na época em que eu namorava (só que havia um motivo concreto pra eu me sentir assim, era uma sensação causada pela perspectiva de me encontrar com ela logo; hoje em dia, entretanto, essa perspectiva não existe mais e por isso a tristeza, pois estou sentindo expectativa em relação a algo que não vai mais ocorrer).

- Se eu trabalhasse em obra eu iria sofrer pra caramba por ser "lerdo"; claro que qualquer um iria sofrer um pouco no início, mas eu com certeza iria sofrer muito mais porque eu demoro muito pra entender as coisas, sou extremamente muito distraído, some isso à minha personalidade mais fechada (não por ela ser realmente fechada e eu gostar de ser assim, mas porque interagir com as pessoas me suga energia e na maior parte do tempo eu não tenho disposição nenhuma pra ter esse "trabalho") e é certo que eu iria virar alvo constante de chacota e brincadeiras maldosas dos "peões".

- O fato de eu não relatar aqui quase nada do que acontece no meu cotidiano apesar disso ser literalmente um diário denota o quão difícil é pra mim falar de certas coisas (e geralmente são coisas aleatórias, não há um motivo óbvio pra eu sentir dificuldade em falar delas). Hoje, por exemplo, eu fui em uma nova psicóloga pela primeira vez e nem me passou pela cabeça mencionar isso aqui mesmo sendo algo importante (e também não falei do processo que me levou a procurar uma psicóloga, experiências anteriores que tive, etc).

- Eu não me interesso muito por futebol mas nominalmente sou torcedor do Atlético MG e o Atlético acaba de marcar 3 x 0 contra o Flamengo em um jogo do Brasileiro, gostei disso pois a minha ex torce pro Flamengo.

- Hoje eu li sobre a história de Jean Diot e Bruno Lenoir, que foram as últimas duas pessoas a serem executadas por sodomia na França; ambos foram pegos tendo relações em uma rua de Paris durante a noite do dia 4 de janeiro de 1750, presos, julgados e executados publicamente por enforcamento no dia 6 de julho de 1750. Uma coisa que eu não pude deixar de notar é que o período transcorrido entre a prisão e a execução desses dois levou mais tempo que o meu relacionamento ("oficialmente" falando) com a minha ex, que também começou em janeiro e terminou em Julho mas não chegou a completar exatamente seis meses (enquanto a prisão de Lenoir e Diot durou seis meses e dois dias).

30/11/2023

- A suspensão das aulas de minha faculdade foram prolongadas pra hoje e amanhã também, eu já estava indo pra lá mais uma vez atoa mas vi o aviso em tempo. Nessa última noite eu estava com dificuldade de dormir e fiquei irritado com isso pois se tivesse aula hoje era pra eu acordar bem antes das seis (ou seja, eu já não tinha muito tempo, então a dificuldade pra pegar no sono só iria atrapalhar as coisas mais ainda), essa seria a terceira noite que durmo mal de acordo com o registro do miband e isso me preocupou mais ainda pois dormir mal acelera o envelhecimento; felizmente eu acabei conseguindo dormir bem e o resultado dessa noite apontado pelo miband foi razoável, mas se eu tivesse me informado antes que não iria ter aula eu poderia ter dormido mais tranquilo. Parece que o tempo voltou a esquentar bastante, isso foi uma das coisas que dificultou o meu sono ontem de noite (e continua quente agora de manhã).

- Hoje eu estou me sentindo vazio e desorientado, sem conseguir pensar em algo e me animar com aquilo; também estou sentindo um pouco de saudade da minha ex, como é de costume.

- 2024 vai ter que ser realmente muito bom pra eu não me churrascar, a começar pelos dois primeiros meses. Não estou dizendo em tom de exigência/chantagem a Deus ou qualquer coisa do tipo (seria uma burrice extrema da minha parte ter esse comportamento), apenas dizendo que eu ainda estou mais inclinado pra me churrascar do que a não me churrascar - e que isso só vai mudar caso as coisas passem por uma virada brusca pra melhor.

- Tava pensando aqui e não me lembro de ter falado a senha do wifi de casa quando a minha ex veio aqui, eu certamente falei a senha mas não consigo me recordar do momento exato.

- A Loura, minha finada maritaca, chegou aqui em casa no dia 6 de março de 2006 e faleceu dia 4 de agosto de 2023, isso significa que ela passou 6360 dias ou 17 anos, 4 meses e 29 dias ao meu lado (claro que na prática foi ligeiramente menos, pois no decorrer desses 17 anos ocorreu de eu viajar durante alguns dias e assim ficar longe dela).

- Semana que vem, na quarta feira, já há outra prova (química orgânica), eu preciso começar a me preparar desde já pois é literalmente minha última chance - e eu sempre digo isso, que eu irei pegar a matéria pra estudar e fazer diferente pelo menos uma vez na vida mas no final acabo não estudando nada e ou indo muito mal na prova ou nem mesmo comparecendo para a realização, mas talvez comigo deixando isso aqui registrado (e não apenas guardado no pensamento) eu finalmente tome alguma atitude. Ainda não contei para os meus pais que eu optei por não fazer a primeira prova, isso já está virando uma bola de neve (mais uma vez).

- Durante esses próximos dias estará completando um ano desde que a minha ex começou a manifestar interesse em mim (e eu nela), considero que foi aí o início de fato do namoro. Maldita seja!

- Continuo o tempo todo sentindo uma nostalgia angustiante da época em que eu comecei a falar com a minha ex, o que não falta são gatilhos pra essas lembranças já que estamos no mesmo período do ano em que tudo começou ano passado.

- Não sei se já relatei isso aqui antes mas na virada de ano de 2022 pra 2023 a minha ex quis que eu ficasse acordado conversando com ela por mensagem ao invés de ir dormir (como eu normalmente já faço) e eu fiquei (quase morrendo de sono mas fiquei). Provavelmente vou sentir bastante tristeza durante essa virada de ano (2023 pra 2024) que está chegando agora.

- Acho muito provável que os ataques do 11 de Setembro tenham sido armação dos próprios americanos (ou no mínimo um conluio dos serviços de inteligência americanos com grupos terroristas) mas gosto mais da ideia de que não houve conspiração nenhuma, gosto de acreditar que é possível que um grupo relativamente pequeno de pessoas foi capaz de fazer algo daquela magnitude toda, acho inspirador.

- Tenho o receio de em algum momento a minha disposição pra escrever esse diário simplemente esgotar e eu parar de vez, hoje mesmo eu escrevi pouco porque passei o dia todo sem foco, com a percepção meio "embaçada", os pensamentos pulando de uma coisa em outra constantemente (o que ao mesmo tempo me impede de focar em algo específico e também consume as minhas energias pelo esforço de ficar alternando). Passei a considerar de extrema importância que eu registre o máximo possível de coisas da minha vida daqui pra frente.

- Há muitas e muitas coisas corriqueiras do meu dia a dia que eu chego a perceber mas sequer formulo um pensamento concreto sobre aquilo, veja lá deixar registrado; pretendo passar a registrar essas coisas com mais frequência pois não gosto de esquecê-las (por outro lado, todo o processo se refletir, formular um pensamento e então registrar é bem desgastante pra mim e talvez consuma bastante tempo também).

01/12/2023

- Durante toda a minha vida eu tive a sensação de que estou "por fora", de que nada do que eu faço é realmente válido e de que eu sempre fico no mesmo lugar, sem mudar em nada de fato (pelo menos não pra melhor).

- Um exemplo bobo de como eu me sinto "por fora" é que eu não gosto de anime e percebo que adolescentes e jovens adultos mais reclusos costumam gostar de anime, então eu me sinto deslocado até mesmo em relação a outros deslocados.

- Estou sentindo muita agonia e ansiedade com a possibilidade de eu não conseguir registrar aqui tudo o que eu quero expressar. Eu sinto que eu PRECISO registrar porque eu quero as pessoas futuramente leiam e me analisem e quero os registros feitos por mim (geralmente sobre como eu me sinto) sejam o mais precisos possível.

- Não entendo quase nada de mbti e sistemas parecidos mas eu adoro, as vezes, visitar comunidades virtuais voltadas pra esses assuntos e ler análises que as pessoas fazem das mais diversas figuras possíveis (políticos, atores, criminosos, personagens fictícios, etc), acho que é porque eu fantasio com algum dia eu me tornar uma dessas figuras e haver pessoas (muitas pessoas) comentando sobre mim e me analisando.

- Um problema que um número razoável de pessoas tem e eu também tenho é o de idealizar demais acontecimentos futuros e deixar de buscar realizar as coisas apenas porque as "condições" (não sei dizer se essa é a palavra) não estão perfeitas; isso não chega a me afetar em um nível extremo, eu aceito que certas vezes a realidade está abaixo da minha idealização e busco fazer o que eu tenho de fazer mesmo assim pois é melhor uma realização/vivência imperfeita do que nada (e boa parte dos meus fracassos são apenas fruto da minha preguiça/falta de disposição/desatenção/indisciplina, não por eu pensar demais e agir de menos - na verdade eu sinto preguiça até de pensar sobre certas coisas, é justamente aí que o problema começa), mas me afeta em algum nível. Isso está diretamente ligado à minha preocupação com o envelhecimento, passagem do tempo e "fear of missing out", pois eu estou me dando conta de que eu já estou nos meus "mid-twenties" e que as "condições" (principalmente aparência física, algo pro qual eu dou muita importância - mas não só) pra eu viver as coisas não vão melhorar mais do que isso (pelo contrário, a tendência é justamente piorar), então eu preciso começar a correr atrás de vivências e experiências AGORA (exatamente agora), sem fantasiar sobre como poderia tal coisa poderia ser melhor e mais perfeita. Como já disse, essa mentalidade não é algo raro, então de certa como gosto de saber que não estou sozinho nisso (por outro lado, também não gosto de saber que sou apenas mais um...sim, é contraditório, mas eu sou naturalmente contraditório mesmo e ouso dizer que as contradições são o motor por detrás do fluxo da realidade).

- Não gosto de usar termos difíceis, passa um ar muito pedante, quando eu os uso é só por não conseguir pensar em palavras mais simples pra me expressar - e mesmo assim já fico receoso imaginando alguém lendo minhas palavras e pensando que eu estou "forçando" usar palavras rebuscadas para passar uma falsa imagem de intelectualidade e profundidade.

- Essa mentalidade de "idealizar" demais acontecimentos futuros está inclusive me atrapalhando na escrita desse diário, pois diversas vezes eu deixei de abordar certos assuntos apenas por achar que seria mais apropriado abordá-los de forma completa e como estou sem disposição no momento em questão acabo deixando pra outro dia, só que esse outro dia nunca chega. Pretendo, então, começar a abordar esses assuntos de forma incompleta mesmo e ir

construindo meu raciocínio em partes e no decorrer do tempo, não tudo de uma vez.

- Já posso ser considerado alguém "velho" em muitos sentidos e muitas perspectivas, mas se eu morresse agora ou até mesmo dentro dos próximos anos eu serei considerado pela grande maioria como alguém que morreu "jovem".

- Um desses assuntos que eu fiquei postergando até agora é religião, pois eu queria falar disso de forma bem ampla e detalhada e simplesmente não estava com disposição pra isso no momento então deixei pra depois; eu ainda estou sem essa disposição mas acho melhor começar a falar disso desde agora, ainda que de forma incompleta, pois acho que se for esperar eu estar 100% disposto eu não irei falar nunca. Pois bem, basicamente no final do ano passado eu comecei a reparar em como havia um número desproporcionalmente alto de homossexuais entre serial killers e desenvolvi um interesse muito grande nesse tema de homens homossexuais que realizam crimes hediondos (geralmente crimes sexuais e assassinatos em série), isso fez eu me lembrar de passagens bíblicas que supostamente falam sobre isso, de religiosos que já falaram desse tema e mais especificamente de um pastor batista americano chamado Steven Anderson que prega que homossexuais são pessoas de mente réproba (ou seja, pessoas incapazes de acreditarem em Jesus Cristo como salvador e portanto incapazes de serem salvas - e o homossexualismo não é a causa disso, apenas o sintoma/consequência) e capazes de fazer todas as atrocidades e perversidades possíveis; isso tomou o meu interesse de forma ímpar e eu comecei a ler e escrever sobre esse assunto apaixonadamente, com isso eu fui passando a ter cada vez mais contato com a religião cristã (todas as denominações) e me interessando pelos outros aspectos dela também; o grande problema é que eu me sentia incomodado com essa ideia de ter que ficar controlando minhas ações, pensamentos e sentimentos pra não ir para o inferno sofrer eternamente, porém durante minhas leituras e pesquisas eu acabei me deparando com a teologia da livre-graça (que por sinal é o que prega o pastor Steven Anderson), segundo a qual basta crer genuinamente em Jesus Cristo como salvador que você estará salvo para sempre dali em diante independente de qualquer coisa (e você ainda será punido pelos pecados que cometer, só que durante essa vida presente, então também não se trata de uma permissão para pecar livremente); ver aquilo fez todo o sentido pra mim, tudo se encaixou perfeitamente na minha cabeça e então eu cri, aceitei Jesus Cristo como salvador no dia 15 de março de 2023 e no mês seguinte entrei na classe de batismo de uma igreja batista que eu já frequentava com a minha família há anos, dia 19 de novembro de 2023 eu fui batizado. Sim, eu sei que os pensamentos e sentimentos que expresso aqui não são nada condizentes com o que a Bíblia ensina, e não, eu não deixei de acreditar; acontece que a minha mente faz uma compartimentalização das coisas, um lado dela se permite crer e sentir coisas totalmente anti-cristãs (sem se rebelar diretamente contra o Cristianismo) enquanto a outra segue na fé; isso tem a ver com aquele conceito de Vontade, Razão e Emoção sobre o qual eu falei semanas atrás, pois é como se a Razão continuasse alinhada com a fé mas a Vontade não (recomendo ler o meu pequeno texto sobre esses conceitos para entender melhor o que eu

estou querendo dizer, caso não tenha lido ou tenha lido mas já esqueceu ou não entendeu). É isso, eu pretendia escrever muito mais aqui, falar de quais crenças eu já tive antes, de como essa minha nova religiosidade afetou meu relacionamento, de como foi o meu relacionamento com a fé no decorrer da vida, explicar melhor essa contradição interna que eu vivo atualmente, etc mas se eu fosse falar disso tudo eu iria acabar não falando nada, então que fique sendo "só" isso por enquanto e futuramente eu vou tocando nesses tópicos um por um.

- As vezes eu escrevo textos relativamente longos e complexos para publicar em meu perfil do Facebook mas fico na dúvida se coloco eles aqui nesse diário ou não, pois o teor é parecido com o que eu geralmente escrevo aqui mas o formato é um pouco diferente (os registros feitos nesse diário tendem a ser mais breves e de parágrafo único). Para solucionar isso acho que irei criar um novo caderno no Evernote só pra textos e aqui no diário vou continuar apenas a relatar as coisas de forma breve e pontual.

- Eu também não posso ficar muito afoito pra registrar aqui cada pequena coisinha que me acontece e que se passa na minha mente se não eu vou acabar entrando em um estado de "auto-vigia" e "auto-análise" constante e dessa forma não me permitir vivenciar as coisas apropriadamente.

- Nesses últimos tempos eu andei pensando sobre como a ideia de se realizar um "ato" contra policiais, militares e "alvos" do tipo parece ser muito mais "vantajoso" do que realizar um ato contra civis, eis alguns motivos: ataca-los é muito mais difícil do que atacar civis, então se você tiver sucesso em "abater" um número considerável deles isso você estará realizando algo "épico" e "glorioso"; justamente por eles serem difíceis de atacar, ninguém vai poder te dizer que você foi covarde, igual diriam (por exemplo) de alguém que ataca uma escola; policiais e militares são mal vistos por parcela considerável da população, então haverá um número razoável de pessoas que apoiarão o que você fez; como já mencionei anteriormente, privar pessoas da liberdade é algo perverso e a polícia é a principal responsável por impor esse sistema de injustiças, portanto é possível argumentar que um ato de represália contra policiais é justificável; policiais já são pessoas mais ou menos preparadas pra morrer, todo indivíduo que assume a função de policial está consentindo em colocar sua própria vida em risco, portanto matar um policial é muito diferente de, por exemplo, matar um civil aleatório; há muitas coisas erradas com a sociedade como um todo (sejam erradas do meu ponto de vista pessoal ou de outros pontos de vista) mas a responsável por impor e proteger tais injustiças é a polícia; o meio policial é cheio de pessoas podres e muitos inclusive podem ter sido responsáveis por tirar vidas inocentes em algum momento, então há uma chance considerável de que a realização de um ataque contra eles seja apenas uma execução involuntária da justiça/karma/seja lá o que for; e, por fim, além disso tudo você também irá conseguir a mesma notoriedade e fama que conseguiria caso atacasse um colégio, um shopping, uma festa, etc (alvos civis no geral), porém sem manchar tanto a sua reputação/memória.

- Talvez haja alguma explicação mundana para o que eu chamo de "Vontade", talvez seja só uma faculdade intelectual um pouco mais complexa que as

emoções "viscerais", talvez seja produto de algum transtorno de personalidade como o TOC ou qualquer coisa assim; entretanto, mesmo sabendo dessa possibilidade eu escolho ver a Vontade como algo místico e transcendente, uma força acima de tudo e todos. E por que? Simplesmente porque sim, porque eu quero, porque eu sinto que é isso e pronto...aliás, essa própria atitude que estou tendo já é um exemplo de Vontade - daria pra dizer que é uma Meta-Vontade (gostei desse termo, acho que vou adotar).

- Esse meu diário mudou um pouco de formato com o passar do tempo mas eu não pretendo alterar os primeiros registros para que fiquem em conformidade com os registros mais recentes (no máximo corrigirei alguns erros de digitação, caso os encontre), isso tiraria boa parte da autenticidade e estaria em desconformidade com o objetivo maior desse diário que é justamente registrar exatamente o que eu estava sentindo em tal momento. Em outras palavras, as mudanças passadas por esse diário são parte intrínseca dele.

- Eu estava relendo o primeiro dia desse diário e de cara já percebi algo que se modificou em mim com o passar do tempo: eu havia feito uma comparação entre minha ex e Adolf Hitler, no sentido de que a minha ex é tão responsável por eu estar me sentindo assim quanto Hitler foi responsável pela ascensão do Terceiro Reich e da Segunda Guerra; e a ideia era que Hitler foi apenas um indivíduo medíocre que serviu como personificação de algo muito maior e que teria ocorrido da mesma forma caso ele não houvesse existido, da mesma forma que eu encarava a minha ex como apenas uma personificação e catalisador dos sentimentos negativos pelos quais eu estava passando mas não a causa deles (e que se não fosse ela alguma outra coisa iria inevitavelmente desperta-los). Curiosamente, eu pensei em ambas as coisas separadamente nos últimos tempos e mudei de opinião sobre ambas: passei a considerar que a minha ex foi sim o motivo principal para eu passar o que estou passando e também que simplesmente não há como saber o quão diferente as coisas teriam sido caso Hitler, como indivíduo não tivesse existido, pois a história é caótica e eventos de pequena escala podem afetar completamente os de grande escala - e essa ideia de que os acontecimentos históricos já estão mais ou menos pré-determinados por forças maiores é apenas produto da historiografia marxista e seus dogmas (escrevi um texto exatamente sobre isso ontem, inclusive criei um novo caderno no Evernote pra guardar esses textos e esse texto em questão acaba de ser passado pra lá).

- Cheguei em casa agora após sair pra ir na academia e correr e meu pai me diz que um amigo dele morreu. Faz anos que eu não via esse cara mas eu me lembro muito bem dele, ele jogava bola direto com o meu pai na época que eu era criança. Enfim, só queria deixar isso registrado aqui.

02/12/2023

- Nos primeiros registros que eu fiz nesse diário eu insistia muito em dizer que o único culpado era eu, que eu não queria fazer mal pra ninguém, que eu não desejava mal pra ninguém, que ninguém deveria ser responsabilizado por como eu estou me sentindo além de mim mesmo, de que a minha ex não fez

nada de errado, etc; isso acontece mesmo quando eu estou triste e "destruído" por dentro, acho que é um mecanismo de defesa inconsciente da minha parte pelo qual eu assumo um comportamento de não querer atrito algum com ninguém, de querer ser simpático e altruísta com todos, de ser excessivamente auto-crítico pra demonstrar que eu concordo com as possíveis objeções sobre o meu problema estar em mim mesmo (ou seja, é uma ânsia de concordar com as pessoas antes mesmo delas dizerem qualquer coisa), etc pois nesses momentos de tristeza eu fico muito mais sensível à rejeição alheia e por isso quero evitar confronto a todo costo e em todos os níveis. Agora, entretanto, eu já me sinto melhor e já deixei de lado boa parte desse comportamento (mostrando que o meu "normal" não é ser assim), agora eu já estou sentindo raiva de várias pessoas (principalmente da minha ex), sinto que tenho moral pra apontar o dedo pros outros e dizer que os errados e culpados são eles, não sinto o mesmo peso na consciência que eu sentia inicialmente; também não pretendo mais APENAS me churrascar, eu agora estou determinado a fazer *alguma coisa* antes do churrasco.

- Eu odeio a minha ex (passei a odiar), concluí que não há nada de errado em me permitir sentir ódio dela. Eu não pretendo fazer nada contra ela, não por eu achar errado mas por eu sentir que fazer isso seria benéfico pra ela e maléfico pra mim; apenas desejo tudo de ruim pra ela (se coisas ruins ocorrerão com ela ou não eu já não sei, mas se ocorrerem vou achar ótimo).

- Não passa um único dia sem que eu sinta algo de negativo em relação à minha ex (algo que me faz mal), e já está caminhando pra cinco meses de término. Será que algum dia para? Eu me dei o prazo de até dia 12 de março do ano que vem, mas ultimamente eu já venho tendo ideias de coisas pra fazer após o vencimento de tal prazo, coisas que talvez só venham acontecer daqui anos (eu não desisti de me churrascar, só quero viver certas experiências antes e isso vai tomar um certo tempo), então provavelmente eu vou continuar vivo após o dia 12 - mas aí me pergunto, será que vou ter que continuar a convivendo com o "fantasma" da minha ex durante todo esse tempo?

- Eu sinto que só vale a pena viver por viver enquanto se é jovem (desde a infância até uns vinte e poucos ou no máximo uns vinte e tantos), parece que continuar a ver graça e prazer nas coisas após essa idade é algo "inadequado". Eu gostaria de viver uma juventude eterna por isso, mas como não é possível eu pretendo me churrascar nos próximos anos (ou talvez ainda esse ano, mas isso já é bastante improvável).

- Sinto uma certa inveja desses serial killers que são romantizados por determinados nichos femininos, pois ainda que eles raramente possam aproveitar essa situação (e alguns poucos ainda assim conseguiram, pois se casaram com fãs mesmo depois de presos) o que realmente importa é que há pessoas do sexo oposto sentindo coisas por eles - em outras palavras, o que importa é que eles "entraram na mente" de um número razoável de mulheres. É por isso que eu nunca iria em uma prostituta ou faria algo análogo a isso, pois o que realmente me excita e me atrai é pensar que há uma mulher que se

atrai (genuinamente) por mim, não a figura da mulher em si (isso também atrai, mas de forma secundária); se eu fosse morrer agora mas soubesse que há mulheres genuinamente atraídas por mim e que essa é uma atração forte eu iria morrer feliz, mesmo sem ter como "aproveitar" isso fisicamente (claro que eu iria gostar de aproveitar isso, de ter contato físico com tais mulheres, mas isso serviria apenas para incrementar mais ainda a minha satisfação).

- Eu fico quase doente de tanta raiva (ou frustração, não sei exatamente o que é) quando vejo casos de mulheres se rastejando por algum cara, insistindo neles, correndo atrás, etc pois eu gostaria muito de estar no lugar deles, eu não consigo conceber alguma experiência de vida mais satisfatório do que estar nessa posição (ou pelo menos algo diferente mas que envolva estar nessa posição). Eu não quero apenas ter alguém ao meu lado, eu quero alguém ao meu lado que se comporte assim.

- Why did I do this? Because I seek attention, because I am sad and because I don't wanna get old.

- Muitos dizem que gostar da ideia de haver pessoas obcecadas por você é um desejo comum, pode não ser saudável mas não é raro; porém meu caso não é isso, eu não sou alguém que simplesmente observa uma situação assim e pensa "seria legal que fosse comigo", no meu caso eu vejo aquilo (ser alvo da obsessão de alguém, principalmente se a pessoa em questão for do sexo oposto e sentir atração por você) como literalmente a melhor experiência que a vida pode proporcionar, como o maior dos meus sonhos - querer ser alvo da obsessão de alguém é basicamente a minha própria obsessão.

- Assisti uma mini-reportagem de anos sobre o Estado Islâmico, quando a organização estava em alta, e o ponto central do vídeo era falar sobre o narcisismo dos jihadistas e sua necessidade de documentar e registrar tudo o que faziam, de quererem seus 15 minutos de fama, etc. Eu me identifiquei muito com isso, de uma forma tão precisa que é até assustador.

- Eu não quero "esquecer" minhas neuroses e nem me distrair delas, se eu pudesse escolher simplesmente deixar de me importar com a minha ex, com o envelhecimento bio-fisiológico, com a vontade de me tornar conhecido, com aparência física, com o meu valor como ser humano, com a minha trajetória de vida, etc eu não faria essa escolha; acontecesse que eu gosto de me importar com tudo isso ainda que me machuque, pois o que me machuca não é exatamente eu me importar com essas coisas e sim o fato de que elas não são/estão como eu gostariam que fossem/estivessem. Eu sinto que se importar com essas coisas é como se fosse uma virtude (aqui entre o conceito de Vontade), eu sinto que é necessário pensar nessas coisas e falar sobre elas, por isso eu não gostaria nem um pouco de simplesmente deixar de me importar.

- Eu gosto de assistir papagaio fazendo sexo.

03/12/2023

- Conheci uma outra moça pela internet que demonstra estar interessada em mim (e até o momento não perdeu o interesse, desde que eu comecei a conversar com ela em agosto) e ela diz querer viajar pra me conhecer em fevereiro do ano que vem. Eu fico meio receoso quanto a isso, não sei se daria certo e também não sei nem se eu sinto muita atração por ela, mas ao mesmo tempo não quero deixar a oportunidade passar.

- Vi agora pouco na rua uma funcionária da antiga escola onde estudei e ela se parece muito com a mãe da minha ex (pelo menos de longe), senti meu sangue gelar por alguns instantes quando eu a vi.

- Comecei a pensar bastante sobre essa moça que supostamente tem interesse em mim, pensei em como seria a vinda dela aqui e acho que vale a pena aproveitar. Estou ficando animado com essa possibilidade e torço pra que dê tudo certo.

- Eu mencionei anteriormente que foi em janeiro de 2020 que a atual época da minha vida começou e ultimamente eu venho refletindo sobre certas mudanças que ocorreram à partir desse momento e isso reforça ainda mais essa minha forma de categorizar minha história de vida. A principal de todas as mudanças é que foi desse momento pra frente que eu comecei a registrar coisas sobre mim (e a ter coisas sobre mim registradas também); alguns exemplos são ter passado a usar um aplicativo pra contar minha calorias e registrar o que eu comi em determinado dia, fiz uma avaliação física na academia, passei a usar o Duolingo diariamente e mantenho a ofensiva até hoje (querendo ou não, registrar a realização de lições no Duolingo é um registro também), deletei todos os meus perfis antigos do Facebook (depois explico o motivo, mas teve exatamente a ver com o acontecimento que marcou essa divisão entre épocas) mas criei outros e não deletei nenhum até hoje, fui em uma neuropsicóloga fazer uma avaliação completa (várias coisas foram analisadas, entre elas o QI, deu um QI total de 132, um QI "executivo" - não lembro se era essa palavra - de algo em torno de 120 e um QI verbal de 145), já em 2021 eu criei um perfil no Instagram, em 2022 eu fiz um exame genético do Genera (a minha principal curiosidade era a ancestralidade, mas o exame cobriu várias outras coisas), no início de 2023 eu passei a usar um miband e o uso até hoje (e ele é ótimo pra registrar coisas como sono, batimentos cardíacos e atividade física; ou seja, mais aspectos da minha pessoa virando registro), em setembro de 2023 eu passei a monitorar meu peso também e desde outubro até agora eu iniciei esse diário - não há dúvidas, minha vida nesses últimos 4 anos é muito mais documentada do que foi em qualquer outra época (e eu gosto disso, me da a sensação de que eu sou alguém real).

- Gosto de ler/ver retrospectivas sobre o que aconteceu no mundo nesses últimos anos pois faço paralelos entre o que aconteceu na minha vida nesses mesmos momentos, isso me ajuda a me situar melhor.

- No final de setembro de 2018 eu tive umas conversas, pela internet, com um cara da Bósnia que me contou sobre a existência de linhagens nobres que fazem coisas iguais as retratadas no filme Salò. Desde então a existência

dessas famílias/pessoas veio povoando a minha imaginação, de início eu acreditei 100% no que ele me contou mas após algum tempo (em meados de 2021, pra ser mais exato) eu deixei de acreditar e falar pra mim mesmo que ele deve ter se confundido e que tudo aquilo era "bullshit"; entretanto, eu nunca consegui me convencer 100% de que essas histórias (especificamente essas histórias, não me refiro aqui a outras "conspirações" como aquilo do Jeffrey Epstein, dos Rothschild, Illuminati, Bilderberg, etc) são falsas, porque o cara que me contou isso não tirou essas histórias de lugar algum, sempre me apontou umas coincidências interessantes e casos obscuros que corroboram a narrativa dele (apesar de não serem provas nem remotamente definitivas), ele nunca demonstrou ser uma pessoa com problemas mentais (e mesmo que fosse, o que ele conta é internamente coerente demais pra ser produtor de alucinações e delírios), não há motivos pra ele estar me zoando (muito esforço, e ainda que fosse o caso ele já teria admitido que era brincadeira, levando em conta o tempo que se passou), ele não está fazendo isso em nome de alguma agenda pessoal ou ideológica (tanto que ele quase só fala disso quando eu próprio o pergunto, não é algo que ele sai espalhando por aí pra chamar a atenção) e os relatos dele continuam consistentes mesmo após cinco anos. É muito bizarro e fantástico pra ser real, mas ao mesmo tempo não consigo dizer que é mentira, isso me deixa muito intrigado; se for realmente verdade isso muda TUDO pra mim, porque eu pretendo de alguma forma me intrometer nisso (não só isso, pois essa história ser real implicaria em uma série de mudanças profundas na minha percepção da realidade; falo mais disso depois). Estou com preguiça de dar melhores detalhes sobre essa "teoria" (se é que posso chamar assim), posteriormente irei explicar melhor.

- Desde pelo menos meados do ano passado (provavelmente antes, eu que não estou lembrando direito) um vizinho meu começou a colocar músicas antigas pra tocar alto toda sexta e sábado (muitas vezes domingos e feriados também, hoje é domingo e nesse exato momento está tocando); essas músicas fazem eu me sentir melancólico pois, entre outras coisas, elas estavam tocando em dias nos quais eu e a moça que eu web"namorava" em 2022 tivemos desentendimentos sérios - mas não é só por isso, são várias coisas que eu nem sei descrever (inclusive, atualmente eu associo elas é com a minha ex de fato, não com essa ex web); sinto um misto de tristeza, ansiedade, melancolia, "fear of missing out", saudade, etc.

- Esse diário já está longo demais, nunca que alguém além de eu próprio iria pegar isso aqui pra ler minuciosamente, independente do quão interessada a pessoa estiver em mim/em me entender; acabou que no final das contas eu to me esforçando pra escrever pra mim mesmo, isso me desanima um pouco. Não sei como farei pra solucionar isso no futuro (quando eu quiser deixar meus registros e pensamentos visíveis pra todo mundo), talvez eu deva fazer uma coletânea dos pontos principais aqui tratados mas temo que mesmo isso fique longo e pedante demais; enfim, preciso pensar em algo.

- A minha ex tinha isso de ficar se dizendo "doentia" e construía uma auto-imagem em torno desse suposto comportamento. Provavelmente, na cabeça dela eu sou um bobão inofensivo que nunca faria mal pra ninguém a não ser por acidente e isso tirou a atração dela (ou pelo menos parte considerável da

atração); eu me sinto mal quando vejo qualquer coisa relacionada a "mulher doentia" ou lembro dela sendo assim, me sinto diminuído pois eu sinto que elas estão me "superando" nessa área e isso me incomoda. Mas ela que espere pra ver, algum dia eu vou aparecer nas notícias e virar assunto de documentário, aí essa v*g*b**da vai ver quem é doente de verdade (já deixo claro que não pretendo fazer nada contra ela, até porque fazer algo contra ela seria como se eu tivesse fazendo um favor a ela e tudo o que eu menos quero é isso).

04/12/2023

- Estou sem disposição de escrever aqui e além disso eu preciso muito estudar para a prova dessa próxima quarta feira, então provavelmente não vou registrar quase nada aqui hoje.

- A prova de quarta feira foi adiada para a próxima segunda por conta do cancelamento das aulas na semana passada, ótima notícia.

- Apesar da prova ter sido cancelada eu ainda estava com "gás" pra fazer alguma coisa, então fiquei desde o início da manhã até o início da manhã no Duolingo e ganhei mais de 7000xp hoje. Continuo sem disposição pra escrever aqui apesar de eu ter muito o que falar, então acho que vai ficar por isso mesmo, depois eu talvez registre algumas observações que fiz hoje. Uma coisa que já vou dizendo desde já é que enquanto eu fazia as lições do Duolingo a minha mente não parava de pensar na ex, não foi nada legal mas deu pra suportar.

- Minha ex tinha muito interesse em sangue, vísceras, órgãos, corpo de bicho morto, etc e eu adorava ela ser assim, me incomoda lembrar disso agora que tudo acabou. Eu não sinto nojo dessas coisas mas não tenho o mesmo nível de interesse que ela aparentava ter, queria ser mais interessado nessas coisas.

05/12/2023

- Continuo sentindo falta da minha ex, igual antes, mas também estou sentindo cada vez mais raiva dela e fico repetindo compulsivamente "eu odeio a minha ex" em várias línguas diferentes na minha cabeça (eu não faço questão de alimentar esses pensamentos, são involuntários).

- O fato de eu não conseguir mais fixar publicações e agora eu ter que procurar o link dessa pub aqui quando quero fazer meus registros diários me desanima muito a continuar. Isso faz eu refletir sobre como esses pequenos detalhes tornam tudo difícil pra mim, um outro exemplo é que se eu tiver de estudar pra alguma coisa e os cadernos já estiverem abertos (e os demais materiais todos preparados) vai ser muito mais "fácil" pra mim iniciar o estudo do que se eu tivesse que ter o esforço de abrir os cadernos, organizar os materiais, procurar as partes da matéria que eu preciso, etc.

- Há um serial killer russo, Alexander Pichushkin, que se enxergava em uma competição com outro serial killer soviético, Andrei Chikatilo, e essa era uma das motivações dele pra matar (matou bastante até, cerca de 50 vítimas); isso mostra que esse sentimento de "competitividade" que eu tenho em relação à minha ex é real e que possui paralelos em outras pessoas. Claro que a minha ex nunca matou ninguém (e nem eu), mas ele vivia dizendo que sentia vontade e que adorava esse tipo de coisa (e eu adorava ela ser assim) então não é fora de cogitação que algum dia ela realize alguma atrocidade; a minha intenção é realizar alguma atrocidade muito grande antes que ela realize alguma de autoria própria (e se ela fizer alguma atrocidade antes de mim eu irei fazer uma muito maior que ofusque a dela).

- Eu não sou alguém que perdeu o contato com a realidade, na verdade eu diria que minhas observações e opiniões "imparciais" (coisas que eu considero verdade independente de como eu me sinto em relação a aquilo) são até bem sensatas; eu não creio haver muita racionalidade no que eu pretendo fazer/desejo fazer, mas eu quero fazer mesmo assim pois é algo que eu SINTO que seria legal fazer, ao mesmo tempo que eu reconheço não haver nenhum grande sentido nisso eu continuo querendo fazer simplesmente porque a ideia me agrada - esse é um exemplo de Vontade. Digo isso pois observo que muitas pessoas que realizam "atos" crêem estar lutando contra alguma conspiração, fazendo algum ato político, se vingando de algum grupo social, etc, são pessoas com uma visão genuinamente distorcida da realidade, algo comparável a Dom Quixote lutando contra os moinhos de vento; eu, por outro lado, não possuo uma perspectiva de realidade diferente daquela de pessoas "normais", eu realmente SINTO que algumas dessas coisas são reais (por exemplo, a suposta "competição" com a minha ex) mas racionalmente reconheço que não possuem respaldo na realidade, entretanto mesmo assim eu continuo a insistir nessas coisas simplesmente porque eu quero e acabou - e continuo a ter vontade de fazer o que eu pretendo fazer porque vejo isso como um fim em si mesmo, como uma aventura que eu mesmo criei pra eu viver, como uma auto-realização grandiosa, etc; não há argumentos racionais que façam eu mudar de ideia pois não é algo de origem racional, eu simplesmente possuo a Vontade e acabou.

- Eu gostaria que pedófilos tivessem o costume de se reunir em determinados lugares e eu soubesse exatamente onde é, pois eles seriam o alvo perfeito para um "ato" meu. Como já disse antes, apesar de eu também sentir nojo de pedofilia eu não iria fazer isso por simplesmente sentir ódio deles e sim em prol do meu próprio "engrandecimento", pois eu iria estar tendo a oportunidade de realizar um "ato" e o alvo seria pessoas odiadas por toda a sociedade, isso iria matar dois coelhos com uma só cajadada e me consagrar como um verdadeiro herói. A lógica é a mesma que a de realizar um ato contra policiais, pois se trata de vítimas as quais boa parte da sociedade não irá te julgar como podre e covarde por atacar (igual ocorreria caso você, por exemplo, atacasse uma escola) e você ainda assim estará tendo a oportunidade de tirar vidas alheias; mas com pedófilos seria dez vezes melhor pois eles são infinitamente mais odiados do que policiais e certamente menos capazes de reagir/se defenderem, o grande problema é não saber onde eles se reúnem (se é que eles se reúnem).

- Um cenário interessante de "ato" seria um que tivesse tanto policiais quanto pedófilos como alvo, afinal de contas o único lugar em que eu sei que há vários pedófilos reunidos são alas de penitenciarias destinadas a esse tipo de criminoso (pois eles obviamente não iriam durar nada entre a população geral de presos) - e parar chegar lá provavelmente seria necessário "neutralizar" pelo menos alguns policiais/agentes penitenciários. Enfim, isso seria extremamente difícil, pra não dizer impossível, então não vou levar essa possibilidade muito a sério; mas com certeza seria algo muito épico e grandioso.

- Deixo claro mais uma vez que a realização de um "ato" cujas vítimas são pedófilos não seria motivada por ódio da minha parte, na verdade eu sempre achei até meio "cringe" as pessoas falando sobre como elas queriam torturar e exterminar pedófilos só porque elas sabem que é um dos poucos grupos aos quais se pode expressar raiva irrestrita sem sofrer represálias sociais. Eu também sinto repulsa de pedofilia, mas não ao ponto de ter todo esse esforço, se eu realizasse um "ato" contra pedófilos seria justamente por eles serem os alvos mais oportunos (e eles são justamente o alvo mais oportuno pois todo mundo os odeia e expressar desejos violentos e sádicos em relação a eles é tido como aceitável) - a vontade de churrascar alguém eu já sinto (vários "alguéns", na verdade), é algo que me fascinou a vida toda (depois eu falo mais disso, talvez), o problema é que churrascar vidas alheias é visto como algo errado, repulsivo, desprezável, vil, perverso, etc e eu me incomodo em pensar que haverá um número considerável de pessoas pensando em mim de tal maneira (eu realmente me importo com a forma que sou visto pelos outros - é justamente por isso que estou registrando tantas coisas nesse diário, duh); a solução pra isso é churrascar pessoas que são odiadas por todos e os pedófilos caem nisso como uma luva, simples assim. O legal é que mesmo eu deixando bastante claro minhas intenções narcísicas e egoístas muitos ainda assim continuariam a me considerar um herói caso eu realizasse um "ato" que tirasse a vida de vários pedófilos.

- Esse meu desejo de realizar um "ato" contra pedófilos por eles serem as vítimas mais oportunas e também porque isso faria de mim um "herói" é algo muito imoral pois implica-se que a existência dos pedófilos é algo necessário (eles precisam existir pra que assim eu tenha as vítimas perfeitas, narcisismo puro da minha parte). Mas reconhecer isso não faz eu mudar de ideia nem um pouco.

- Acabo de ver uma outra mulher na rua que parecia muito a mãe da minha ex, só que dessa vez a semelhança foi tanta que eu achei que realmente fosse ela, eu tive até que me virar e voltar alguns passos só pra olhar o rosto dela de perto e notar que tinha algumas diferenças - mas de resto era exatamente a mesma coisa, até a tintura do cabelo era igual, poderia muito facilmente ser uma irmã ou algo assim. Isso foi até um pouco assustador.

06/12/2023

- Ainda me sinto mal, pelos mesmos motivos, mas não há como negar: estou bem melhor do que eu estava no final de outubro e início de novembro.

- Eu sou extremamente "narcisista" (não sei se estou usando esse termo do jeito tecnicamente correto, pois há uma definição clínica/oficial de "narcisismo", mas tanto faz porque o que importa é que o significado que eu pretendo usar esteja compreensível) e isso se manifesta bastante em minha sexualidade, pois minha vida toda o que sempre mais me excitou foi a ideia de alguém me desejar (mais do que qualquer outra coisa); claro que todo mundo (ou quase todo mundo) gosta da sensação de ser desejado pelo outro, mas é nas outras pessoas (principalmente outros homens) é algo muito mais contido (tanto que muitos deles não se importam de apelar pra prostituição, atração negociada, etc) enquanto pra mim é fundamental, algo sem o qual a minha excitação é impossível (todas as fantasias que eu já tive giravam em torno da ideia de eu ser desejado). Claro que minha sexualidade não é 100% desejo de ser desejado, caso contrário eu iria querer ser desejado até por outros homens (e eu definitivamente NÃO quero isso, se um homossexual me disser que eu sou repulsivo pra ele eu irei considerar isso um elogio); eu sinto atração por mulheres normalmente, mas é um sentimento que só aflora caso eu pense que a mulher se atrai por mim também. Eu não corri atrás da minha ex em momento algum após ela dizer que queria terminar, pois eu sabia que ela não gostava mais de mim e se ela não gosta de mim então eu não sinto vontade alguma de ir atrás; claro que eu sofri bastante com esse término, mas justamente (ESPECIFICAMENTE) por eu sentir falta da sensação de ela gostar de mim, eu fiquei obcecado com as memórias de ter alguém se atraindo por mim. E, novamente, mesmo tendo consciência de tudo isso eu não quero mudar, eu quero continuar a ser exatamente assim (isso é a Vontade); eu sinto que o problema não é eu ter essa necessidade de ser desejado mas sim essa necessidade não ser satisfeita, eu não quero deixar de ter essa necessidade.

- Eu tenho plena consciência de que eu não tenho nada de especial ou extraordinário, de que eu sou só mais um (não me vejo como superior aos outros, não de fato), que ninguém tem a obrigação de me admirar, me desejar ou mesmo se importar comigo; MAS eu GOSTARIA muito de ser alguém especial e extraordinário, de ser admirado e desejado pelos outros, de ser superior, de habitar os pensamentos e conversas de outras pessoas - e claro que todo mundo gostaria disso em algum grau, mas pra mim é literalmente um sonho de vida e eu não consigo ver alegria e sentido em mais nada que não envolva (de alguma forma - pois há várias) atingir esse objetivo, é algo essencial e indispensável pra mim. Eu não sei se isso pode ser considerado "narcisismo" pois eu não me enxergo como acima dos outros ou como destinado a realizar coisas grandiosas, mas eu QUERO MUITO ser melhor do que os outros e fazer coisas grandiosas (inclusive estou disposto a realizar atrocidades em prol disso, como já relatei anteriormente).

- Sabe o que seria extremamente irônico? Alguém realizar um "ato" em algum lugar que frequento e eu morrer em decorrência disso - e será mais irônico ainda se o responsável for alguém com a mesma mentalidade que eu. Isso seria chato, não quero outras pessoas ganhando os holofotes que deveriam

(no sentido de que eu gostaria que fossem, não no sentido de que eu ache que eu tenha esse "direito") ser colocados em mim.

- Creio que todo mundo já teve, em certos momentos, pensamentos sobre tirar vidas alheias, e por isso eu nunca via nada de mais com eu também ter esses pensamentos (ainda mais por eu nunca apresentar comportamentos violentos na prática); entretanto, recentemente eu me dei conta de que penso e sempre pensei nisso com muito mais frequência e intensidade do que o "normal". Desde o início da adolescência eu venho tendo devaneios sobre como seria matar fulano e cicrano (nesses estágios iniciais geralmente eu pensava em tirar a vida de professores e dos meus pais; eu não planejava de fato fazer isso, apenas fantasiava), me perguntando como seria a sensação, se a minha consciência iria pesar, se eu iria "dar pra trás" ou não durante a realização do crime, se eu iria me churrascar depois (e se eu teria a coragem de me churrascar, como seria a sensação de me churrascar, etc), sobre como seria a repercussão do ocorrido e sobre o que as pessoas que me conhecem iriam comentar, etc (também lembro que sempre que eu me deparava com alguma notícia sobre assassinatos ou alguma representação ficcional desse tipo de coisa eu automaticamente me colocava no lugar do autor, mesmo que conscientemente eu considerasse - e considero - aquilo errado); e isso nunca diminuiu com o passar do tempo, sempre continuei a ter esses pensamentos ainda que nunca tenha chegado remotamente perto de coloca-los em prática. Um outro comportamento interno que tenho desde que me entendo por gente é o de olhar pras coisas e, involuntariamente, imaginar elas sendo destruídas (geralmente por explosões) e olhar pras pessoas (as vezes eu próprio) e imaginar elas sendo mortas de forma violenta (facadas, decapitações, esquartejamento ou desmembramento, queimaduras, disparos, etc), também sempre tive muito isso de olhar pra um determinado cenário (qualquer coisa, pode ser uma praça, uma sala de aula, uma sala de espera, um supermercado, etc) e mentalizar pessoas armadas ali realizando um massacre (ou então atirando umas nas outras, como se fosse parte de uma guerra). Quero deixar bastante claro que isso nunca foi algo "forçado" da minha parte ou sequer consciente, eu não sou e nunca fui daquele tipo de pessoa "edgy" que se vê como "psicopata" e conscientemente glorifica a violência, colocando-a se fosse algo louvável e bonito; esses pensamentos sempre foram espontâneos da minha parte, nunca algo que eu fizesse questão de cultivar - eu simplesmente sinto um fascínio genuíno por esse assunto (e até recentemente eu não via nada de muito errado nisso, evidenciando mais uma vez a diferença entre eu e esses "edgy" pois eles adoram se ver como "doentios" e "psicopatas" devido aos seus interesses). No início de 2019, meses após aquele cara da Bósnia ter me contado sobre as linhagens aristocráticas "romanas", eu havia estabelecido como objetivo de vida algum dia viajar pra Europa (principalmente Itália ou Suíça) e realizar um "ato" contra algum desses clãs, exterminar o maior número possível até eu próprio ser churrascado ou então me churrascar (nem tanto por sentir repulsa do que essas pessoas supostamente fazem, era mais por eu querer viver algo épico e marcante - e de quebra me consagrar como um herói); com o passar dos anos eu deixei de acreditar na existência dessas coisas que o cara descreveu/relatou e portanto abandonei o plano, mas (como relatei anteriormente) hoje em dia eu me dou conta de que não consigo desacreditar 100% dessa história, eu sinto lá no fundo que realmente pode ser

verdade - e se em algum momento eu ver algo que me convença de que isso é verdade eu irei voltar com tudo para os planos que eu tinha inicialmente, é indescritível o quanto eu quero que seja verdade e que eu consiga fazer algo contra essas pessoas. Mas independente da história dessas linhagens aristocráticas ser real ou não o fato é que eu quero realizar um "ato", se não for contra esses supostos aristocratas luciferianos então será contra outros alvos oportunos (ou seja, alvos os quais não farão eu ser visto como covarde, perverso, etc) como policiais ou pedófilos; pela primeira vez na vida eu estou levando a sério esses meus pensamentos, estou me dando conta de que talvez eu seja "destinado" ou pelo menos tenha "talento" pra esse tipo de coisa e quero aproveitar. A minha ex, pelo o que ela descrevia de si própria, tinha pensamentos e comportamentos muito parecidos com os que eu descrevi ter logo acima, uma pena não sermos mais um casal (eu gostaria muito de encontrar outra menina que fosse igual ela nesse sentido); mas, se tudo der certo, algum dia eu realizarei alguma atrocidade de magnitude astronômica e minha ex ouvirá falar disso e perceber que ela não é nada comparada comigo.

- Hoje eu tive a segunda sessão com a psicóloga e por algum motivo ela me perguntou bastante da minha ex, mesmo eu não tendo falado quase nada dela na primeira ida; não achei bom e nem ruim, apenas curioso. Aliás, essa psicóloga tem o mesmo nome que a minha ex.

07/12/2023

- Hoje é a última data/prazo pra eu "encontrar alguém novo" caso aquela minha teoria dos ciclos (sobre a qual falei há quase um mês) esteja correta, mas eu já abandonei essa teoria e sinceramente não espero que nada ocorra. Hoje também completa dois meses desde que atual conflito entre Israel e o Hamas teve início.

- Deixei a publicação do Facebook com visibilidade "somente eu" mais uma vez pois de agora em diante vou começar a confessar coisas aqui contendo intenções criminosas e eu não quero ter ninguém me denunciando.

- Um vizinho deu umas pimentas pro meu pai e eu resolvi provar um pouco (pelo que eu pesquisei, é pimenta cambuci) no almoço, aparentemente eu sou alérgico pois o meu rosto começou a queimar logo depois e meu nariz a escorrer (pra piorar, até a urina ficou ardida). Agora já estou melhor, mas estava me causando muito incômodo.

- Hoje eu recebi uma nota de uma prova que eu realmente fiz (imunologia), felizmente consegui pegar média (1,7 de 2,5) mesmo não tendo estudado nada e tido que apelar pra espiar a prova dos outros no momento da realização (mas não deu pra espiar quase nada). Fiquei feliz com isso.

- Decidi que se as coisas não derem certo pra mim até o prazo que eu estabeleci (início do ano que vem, especificamente dia 12 de março mas pode ser antes também) eu não irei apenas me churrascar mas também tentar realizar um "ato". Eu irei pegar uma faca, entrar em alguma delegacia ou posto

de polícia aqui e ir pra cima dos policiais, espero conseguir churrascar pelo menos dois (assim o saldo fica positivo, eu vou ter morrido mas terei levado duas vidas comigo, e -1 +2 da 1) antes de eu próprio ser churrascado (ou me churrascar por conta própria, se for o caso). Não vai ser nada muito notório ou grandioso, nem se compara com o tamanho do "ato" que eu realmente gostaria de fazer; mas isso será algo que eu farei no desespero, só depois de eu já ter perdido toda a esperança, então nem importa muito.

- Não deveria ser crime atentar contra a vida/integridade física de policiais ou pelo menos deveria haver uma pena menor, afinal de contas o policial é alguém que consentiu em colocar a própria vida em risco e quem paga o salário deles somos nós, então nada mais justo que possamos desfrutar disso tentando atentar contra a vida deles - e, se você conseguir tirar a vida de um, não deveria portanto haver punição.

- Eu sou desesperado pra ter os meus "15 minutos de fama" e vou cometer uma atrocidade pra tê-los. Eu não sou sádico, eu não sou violento e não sinto ódio das pessoas, eu pretendo tirar vidas alheias apenas pra chamar a atenção, pela adrenalina de fazer algo assim e pra sentir que eu fiz pelo menos uma coisa de marcante e fora do ordinário.

- O assassino em massa (não é a mesma coisa que um serial killer) com o maior número de vítimas confirmado na história foi Anders Breivik, tendo matado quase 70 pessoas diretamente durante o massacre que ele realizou na ilha de Utoya (tirando as outro 8 pessoas mortas pela bomba em Oslo); superar ou mesmo alcançar o patamar de Breivik seria uma realização indescritível pra mim, não consigo nem colocar em palavras o quão glorioso. Eu não alimento a esperança de chegar em tal nível, entretanto, eu não confio na minha habilidade de matar, isso só ocorreria caso eu tivesse muita sorte mesmo; o meu objetivo é tirar pelo menos duas vidas, cumprindo isso eu estarei satisfeito.

- Eu odeio a minha ex e é justamente por isso que não pretendo fazer nada contra ela, sinto que estarei me rebaixando "demais" e dando o que ela quer caso eu faça isso. Talvez ela diga que não mas eu sinto que no fundo ela gostaria de ser vítima de alguém, e justamente por isso eu não farei nada com ela (e também não quero dar o "moral highground" pra ela).

- - Eu sei que eu não sou bonito mas eu considero que a minha aparência é até bem decente e aceitável atualmente, ela combinaria muito bem com o status de assassino e seria ótimo "imortaliza-la" no seu presente estado (falo aqui de me churrascar e minha aparência atual ser a última imagem que as pessoas terão de mim). Eu torço muito pra que ela não se deteriore de forma notável até eu chegar nos trinta, caso as coisas dêem certo no

início do ano que vem e eu adie o plano de cometer um ato e me churrascar eu irei me concentrar seriamente em cuidar da minha aparência (eu já cuido, mas irei cuidar com muito mais dedicação). É tudo uma questão de imagem pra mim, quero que várias meninas vejam fotos e vídeos meus e se sintam atraídas e me romantizem - pouco me importa se eu não vou estar vivo pra aproveitar, o que importa é entrar na mente delas.

08/12/2023

Acabo de ver alguns vídeos de um caso de traição (postagem no Facebook com links do catbox) e fiquei estranhamente "feliz" pois o cara com o qual a mulher trai o seu parceiro é um gordão com cara de pedreiro e eu adoro ver um gordão com cara de pedreiro estando nessa posição de "ricardão" (ou seja, alvo do desejo sexual feminino mais primitivo e espontâneo). Dolorido mesmo seria se o "ricardão" fosse um cara bonito/padrão (pior ainda se fosse um novinho lisinho, branquinho, cabeludinho, pretty boy, etc; não suporto pensar que esses caras existem e que são o alvo do desejo de muitas e muitas mulheres, sinto muita inveja deles e eu suponho que o atual da minha ex seja um cara assim).

- Acabo de assistir um vídeo do Arnold Schwarzenegger falando de antissemitismo, encorajando as pessoas a não odiarem minorias e explicando que isso supostamente é coisa de "losers", e no meio do vídeo ele diz algo sobre pessoas jogando seus futuros no lixo por terem se deixado consumir pelo ódio/ideologias de ódio; achei isso engraçado, pois apesar de no meu caso eu não sentir ódio e não ter a pretensão de realizar atos hostis contra qualquer minoria a mesma lógica se aplica a mim (no lugar do "ódio" seria a megalomania, o narcisismo, a vontade de aparecer,

de ser melhor que os outros, etc), só que eu não vejo sentido em nenhum em ter perspectiva de futuro pois o que me aguarda no futuro, independente de eu abrir mão de qualquer crença “tóxica” que eu tiver, é o envelhecimento bio-fisiológico e eu não quero isso — não vejo nada de errado em jogar meu futuro “no lixo” se o meu futuro (assim como o de todo ser humano) é envelhecer bio-fisiologicamente, eu quero mais é morrer logo pra impedir isso de acontecer.

- Eu não estava acreditando naquela previsão dos ciclos e continuo não acreditando 100% mas, de fato, justamente ontem (o prazo final) uma menina começou a puxar assunto comigo sem parar e hoje ela já está até flertando de modo bem sutil. Não estou com a esperança de isso dar certo, parece bom demais pra ser verdade, mas só dela ter começado a puxar assunto e flertar justamente nessa data já é uma coincidência e tanto.

09/12/2023

Uma hipocrisia que eu não tanko é a de que hoje em dia s***ídio tende a ser visto como algo pior do que aborto (sim, tecnicamente aborto *ainda* é proibido por lei aqui no Brasil salvo certas condições específicas e boa parte da população tem um posicionamento contrário à legalização, mas a tendência é que inegavelmente se torne mais e mais aceitável). Tentar impedir uma pessoa de abortar te faz ser visto como alguém que deseja controlar o corpo alheio e lhes privar das liberdades individuais mais básicas, tentar impedir alguém de se churrascar te faz ser visto como uma pessoa boa, uma pessoa cheia de empatia (ou, pior, como alguém que só cumpriu a sua “obrigação de ser humano”); sendo que o aborto consiste em tirar uma vida alheia e o churrasco consiste em tirar sua própria vida (ou seja, algo que pertence só a você e diz respeito só a você), então é o óbvio

é muito mais questão de liberdade individual do que o primeiro. Um argumento que usam muito pra defender o aborto é que abortar impede crianças de crescerem em condições miseráveis e insalubres, poupando-as assim de sofrimento; só que aplicar essa mesma lógica ao churrasco faz muito mais sentido do que ao aborto, afinal de contas uma pessoa adulta que deseja se churrascar possui muito menos esperança, menos futuro e menos potencial do que uma criança que nem nasceu ainda; essa narrativa de que o aborto poupa as crianças do sofrimento se baseia apenas em uma possibilidade (é possível que a criança cresça em condições sofríveis, não é garantido), ao passo que a pessoa adulta que deseja tirar sua própria vida já vivenciou DE FATO o sofrimento, então o desejo dela de morrer é algo muito mais razoável pois se baseia na realidade concreta e não apenas em hipóteses (sem falar, claro, que a sua vida é algo que te pertence e por isso é muito mais justificável tira-la do que tirar a vida alheia).

- Segunda feira é a prova de química orgânica e eu vou estudar pra valer (já comecei a estudar, na verdade), dessa vez acho que vai dar certo pois a professora não só deu uma lista de exercícios como disponibilizou a resolução fa mesma. Talvez, por isso, eu faça poucos registros hoje e amanhã.

10/12/2023

As coisas parecem estar caminhando de forma razoável com a menina, pelo menos até o presente momento. Claro que em qualquer instante pode ocorrer algo que estrague tudo ou o negócio simplesmente morra na medida em que nós conhecermos melhor, mas realmente há um potencial de isso ser a realização da “previsão” que eu havia feito (ou seja, a “previsão” ainda ta de pé mesmo o último prazo já tendo passado). Ainda

estou estudando pra amanhã (apesar de bem menos do que eu deveria), então não vou registrar mais nada ou quase nada aqui.

- Estou sentindo muitas coisas ao mesmo tempo e o fato de haver prova amanhã piora tudo, estou em um estado de confusão e não é nada legal.

- Acho que não vou conseguir mesmo estudar o mínimo do mínimo para a prova de amanhã, mesmo eu tendo tido tudo pra estudar direito dessa vez. É, acho que acabou pra mim. Já posso começar a planejar um ato.

11/12/2023

Já quero me churrascar de novo, tipo agora mesmo. Mas dessa vez não é por conta da minha ex, é por eu perceber que não vou conseguir mesmo continuar no meu curso; eu tinha tudo pra estudar direito dessa vez (a prova havia sido adiada e ainda por cima eu tive acesso à uma lista de exercícios resolvida) e mesmo assim eu não estudei praticamente nada, simplesmente não entendo o que há de errado comigo.

- Uns dias atrás eu vi algum vídeo aleatório que me lembrou na mesma hora da música “Resonance”, que eu gosto muito, e comecei a escuta-la e inclusive a mandei pra essa menina com quem estou conversando; só que logo eu me lembrei que, por coincidência, quando eu estava começando a conversar com a minha ex (um ano atrás) eu também estava escutando essa música e a mandei pra ela, e lembrar disso fez eu me sentir confuso (de uma forma negativa, que machuca e faz eu me sentir mal).

Mais uma vez eu estou sentindo que “tudo acabou” e eu estou vivendo como um “fantasma”, também estou com uma sensação de estranheza muito peculiar

(tudo parece ter perdido o sentido ou estar “fora do lugar”, não sei descrever melhor).

12 DE DEZEMBRO DE 2023

- Hoje ta fazendo 5 meses desde o término, não tenho nada a declarar. Continuo sem vontade de registrar qualquer coisa, mas posso dizer que não estou me sentindo nada bem.

13 DE DEZEMBRO DE 2023

- Talvez essa minha falta de vontade de registrar mais coisas aqui seja sinal de que estou melhorando, afinal de contas se eu não estou me sentindo tão mal quanto antes a tendência é ter menos pensamentos do tipo. Por outro lado, eu estou me sentindo muito mal quanto ao meu futuro na faculdade, então não posso afirmar com certeza que estou passando por uma melhora. Continuo a conversar com a menina, ontem assisti o filme Cisne Negro com ela em uma call do Discord.

- Hoje alguém que eu conhecia pela internet há quase três anos e tinha adicionado no Facebook (Vitor Ferreira, músico que se apresenta pelo nome “Maníaco”) foi investigado pela polícia por conta de uma suposta ligação com o hackeamento da conta da Janja (mulher do atual presidente). Se eu realmente fizer um ato nos próximos meses é bem provável que associem uma coisa com a outra depois, já que eu o tinha adicionado e já interagi com ele.

14 DE DEZEMBRO DE 2023

- As vezes eu me lembro de momentos semelhantes que vivi no passado (referentes, principalmente, a essa situação da faculdade e de estar atrasado na vida de forma geral por conta da procrastinação e falta de foco), seja o passado recente ou coisa de anos atrás, mas ao invés de me confortar (por saber que já lidei com isso antes, que não é algo estranho pra mim) eu fico ainda mais angustiado por perceber que o tempo passou e eu não mudei (se naquela época tava ruim hoje em dia ta necessariamente ainda pior, pois estou mais velho).

- Eu estava pensando em começar a registrar os pequenos furtos que eu realizo (ontem, por exemplo, furtei mais de 50 reais em itens de supermercado) mas até pra isso estou sem disposição.

- To com a sensação de que realmente não vale a pena ficar vivo. Nem chega a ter um motivo mais específico dessa vez, eu só não quero mais ver o tempo passando e presenciar as coisas acontecendo e se transformando, não quero mais vivenciar a fluidez e efemeridade (tanto na esfera pessoal quanto na esfera maior). Nem chego a estar triste agora, só queria deixar de existir mesmo.

- Me ocorreu uma ideia interessante: e se ao invés de apenas me churrascar ou realizar um “ato” (não contra pessoas inocentes, claro) eu roubasse um banco ou algo da mesma escala? É muito provável que dê errado, mas se der eu simplesmente me churrasco ali mesmo e já cumpro o que eu tanto anseio; porém, também há a ínfima chance de dar certo — e se der, isso vai mudar minha vida de um jeito inimaginável; não só eu irei vivenciar algo muito marcante (me sentirei extremamente realizado e capaz) como terei ganhos materiais consideráveis e poderei usar esses ganhos pra seguir outros projetos em minha vida (vai ser como nascer de novo). Além do mais, não sentirei peso algum em minha consciência caso faça isso, afinal

de contas roubar de bancos ou grandes empresas não machuca absolutamente ninguém (do mesmo jeito que os pequenos furtos que realizo também não machucam ninguém); o mesmo não poderia ser dito caso eu realizasse um “ato” contra policiais, pois por mais que não seja a mesma coisa que matar inocentes ainda é sujar as mãos de sangue (eu só não sentiria peso nenhum na consciência caso as vítimas do “ato” fossem pessoas definitivamente repugnantes, como pedófilos — o que não é o caso dos policiais, pelo menos da maioria deles). Fiquei subitamente animado ao ter essa ideia.

- Aparentemente Platão falava de conceitos como “vontade” e “razão”, eu deveria procurar ler sobre e me informar adequadamente mas não vou fazer isso, não to nem aí se as minhas ideias já foram pensadas antes. Fuck Plato!

15 DE DEZEMBRO DE 2023

- Sinto que infelizmente as coisas vão acabar não indo pra frente com a menina, a gente continua a conversar mas sinto que ela parece mais desinteressada agora e só continua a manter s conversa por manter. Uma pena, porque ela começou a falar comigo justamente na data em que estava “previsto” que algo assim iria ocorrer (sem falar que eu também achei ela muito bonita e muito gente boa).

- Por mais irônico que pareça, furtar coisas é menos pior do que continuar sendo sustentado pelos pais, pois ainda que eles consintam não deixa de ser um peso para o bolso deles ao passo que furtar estabelecimentos grandes não causa nenhum prejuízo real pra ninguém. Na verdade, não só não me sinto culpado quando furto como me sinto até (de certa forma)

redimido, afinal de contas estou adquirindo coisas pra mim através do meu próprio esforço e sem gerar gastos pros meus pais ou pra qualquer outra pessoa; eu estou seriamente pensando em investir nesse tipo de prática cada vez mais daqui pra frente, talvez seja justamente isso que eu estou precisando pra colocar rumo na minha vida.

- Por mais clichê que seja dizer isso, o Estado realmente da muito mais prioridade à proteção do capital financeiro (ou seja lá qual for o termo correto a se usar aqui) do que à proteção de seus cidadãos, a prova mais óbvia disso é que as autoridades fazem incomparavelmente mais esforço para impedir e solucionar casos de roubo a banco do que casos de pessoas comuns sendo assaltadas e perdendo seus bens (ainda que no primeiro caso ninguém vai sair realmente prejudicado — um assalto desses é como uma picada de formiga pros bancos e grandes corporações — e no segundo a pessoa talvez até fique passando fome; ou seja, pro Estado pouco importa a quantidade de sofrimento gerada). Isso é um raciocínio muito simplista mas não deixa de ser verdadeiro, não importa o quanto tentem ridicularizar.

- O tráfico de drogas (por si só, sem levar em conta as outras práticas criminosas geralmente empregadas por narcotraficantes, como guerras de facção, extorsão, criação de Estados paralelos dentro de comunidades, etc) realmente é algo moralmente ambíguo, pois apesar de se tratar apenas de uma transação financeira consensual (a pessoa quer o produto e você o fornece mediante um preço) não deixa de ser uma forma de ajudar uma pessoa a se destruir (pois é isso que o vício em drogas faz) e ainda por cima lucrar em cima. O roubo a bancos e grandes empresas, por outro lado, causa mal a literalmente ninguém, não importa o ângulo pelo qual você analisa a situação.

16 DE DEZEMBRO DE 2023

- No final das contas eu sou uma pessoa bem normal. O meu diferencial é que eu tenho um ego muito grande e não quero aceitar a mediocridade e a realidade da vida, mas no resto eu sou bem normal.

- 33 é muito velho já, sem condições, acho que um melhor objetivo é entrar para o clube dos 27. Se eu quiser entrar para o clube dos 27 tenho até o dia 13 de setembro de 2027 pra morrer (pois é quando faço meu aniversário de 28 anos), vi na calculadora que isso é mais ou menos daqui 3 anos e 8 meses; parece pouco tempo mas é até bastante, levando em conta que é a mesma quantidade de tempo transcorrida desde o início da pandemia até hoje (então da pra fazer bastante coisa, caso eu tenha disposição e sorte).

- Acho uma pena que a frase “what we do in life echoes in eternity” seja apenas invenção do roteirista do filme Gladiador, eu gostaria que essa fosse uma frase de algum pensador antigo pois eu já havia pensado no mesmo conceito por conta própria antes (e é um conceito que eu gosto muito e pretendo aplicar no tempo de vida que me resta).

17 DE DEZEMBRO DE 2023

- Eu estava descendo o feed agora mesmo e me deparei com alguém compartilhando uma postagem da minha ex onde ela dizia algo como “o que eu fiz pra gostar de um cara que gosta de assistir vídeo no tik tok de gente cortando sabonete?”. Me senti mal com isso, odeio a minha ex.

- Eu preciso morrer logo, a minha ex provavelmente não vai morrer cedo (a maioria das pessoas não vai) então se eu morrer agora ou nos próximos anos é quase certo que ela ficará mais velha do que eu — e eu quero que

isso aconteça, quero que ela fique velha e eu não (pois eu vou estar morto, então não vai ter como eu envelhecer).

- The thing about being in my 20s is that there is no future to look forward to, the future IS right now — at least the future that matters, of course you still have your 30s and beyond to live but that’s too old and therefore not worth it. So this gives two options: either ending my own life right now OR start living my future right now (doing exciting and relevant things) and ending my life in a few years — I choose the later.

18 DE DEZEMBRO DE 2023

- Estou planejando fazer um pouco diferente no furto de hoje, pretendo ir em uma drogaria e pegar algum produto um pouco mais caro, como um esfoliante de rosto (algo que eu pretendo usar de fato). Vai ser mais arriscado que o normal mas também vai valer mais a pena.

- Se você roubar um banco (crime sem vítimas, pois o valor subtraído é ínfimo comparado ao total que a instituição possui) você recebe uma pena tão dura quanto quem mata um inocente ou talvez até mais dura, esse país é uma piada (não só esse país, parece que é assim no mundo todo, mas foi apenas modo de falar).

- Não vou mentir, sinto atração quase exclusivamente por moças entre 18 e vinte e poucos, consigo sentir atração por algumas mais velhas mas não tanto quanto. Ainda bem que eu planejo morrer cedo, acho ridículo um homem passar dos 30 e continuar a ter essa preferência.

- Fui lá e furtei um esfoliante e um hidratante, aparentemente tudo junto deu mais de 100 reais. Feels good.

19 DE DEZEMBRO DE 2023

- Querer morrer jovem só pra não envelhecer parece ser algo que escandaliza muitas pessoas. Isso me motiva mais ainda a querer morrer jovem (não que eu não já quisesse muito desde antes de me dar conta disso, afinal de contas o objetivo principal é não envelhecer).

- Provavelmente não terei terminado o meu curso quando chegar o prazo final (dia 13 de setembro de 2027), mas pra mim isso não importa muito pois eu quero começar a fazer e acontecer desde AGORA (por isso comecei a furtar regularmente e pretendo aumentar a magnitude cada vez mais). Após os 30 eu não só estarei velho demais como também é um período ainda muito distante, não quero começar a me planejar agora (enquanto ainda me resta um pouquinho de juventude) pra só viver as coisas nessa época, eu quero AGORA.

- Quero morrer aos 27 por uma questão de pura vaidade mesmo, pois a principal razão é que acho "morreu aos 27" mais esteticamente agradável do que "morreu aos trinta e alguma coisa"; então eu penso que ainda que aos 27 a minha aparência física esteja intocada (ou talvez até melhor, mas acho difícil) e eu tenha conquistado um número razoável de coisas e eu tenha perspectiva de realizar ainda mais coisas nos anos seguintes eu ainda vou querer morrer com essa idade, unicamente por causa do número. Talvez eu pense diferente quando esse momento chegar, mas agora eu penso assim.

- Ando pensando consideravelmente menos na minha ex.

- Ando me sentindo mais "neutro" ultimamente, mas dessa vez é real, não é igual da vez em que eu achei que estivesse superando mas na verdade

estava apenas “anestesiado” (fingindo que estava tudo bem mas no fundo ainda sentia que tinha algo errado a ser resolvido).

- Eu estou me sentindo realmente bem, estou com ânimo e disposição. Estou interessado em começar a estudar pra valer a parte de química do meu curso, não pra superar logo essa etapa mas porque eu sinto que vai me ser útil a curto prazo ter esse conhecimento; também estou genuinamente interessado em aprender mais de marcenaria e começar a ajudar o meu pai pra valer no novo trabalho dele (não sei de contei aqui, mas ele começou a mexer com marcenaria). Ter começado a furtar coisas regularmente está me fazendo muito bem, estou me sentindo finalmente capaz de fazer algo (igual eu me senti na época em que tive relações pela primeira vez); ter decidido me churrascar aos 27 também anda me encorajando bastante.

20 DE DEZEMBRO DE 2023

- Aprecio vários filmes, séries e demais obras de entretenimento mas Breaking Bad é algo sem igual pra mim pois retrata majestosamente o processo de transformação de um homem “medíocre” (só mais um qualquer entre milhões) em um cabeça do narcotráfico, em alguém importante, poderoso, relevante, etc — e tudo em questão de alguns poucos meses, ainda que ele tenha vivido 50 anos como um “beta” (não gosto muito desse termo mas não queria dizer “medíocre” duas vezes).

21 DE DEZEMBRO DE 2023

- Parece que as coisas voltaram a dar certo com a menina lá (a que começou a falar comigo bem no dia do prazo), torço muito pra que vá pra frente.

22 DE DEZEMBRO DE 2023

- Tem acontecido bastante coisa ultimamente e cada vez mais delas têm sido boas, mas por algum motivo não tenho disposição nenhuma pra registrar aqui (acho que não gosto muito de relatar quando o que está ocorrendo comigo é algo bom). Vou parar de escrever esse diário, pelo menos temporariamente, pois simplesmente não estou mais no “mood”.

  28/01/2024

  Voltei, vou continuar a escrever essa merda. Eu tinha planejado fazer isso ontem (dia 27) mas acabei postergando demais, porém também não queria deixar pra hoje pois hoje — adivinha só — faz exatamente um ano que eu me encontrei com a minha ex pessoalmente pela primeira vez (e eu não queria “dignificar” essa data assim). Entretanto, a vontade de voltar a escrever fala mais alto e estou retornando hoje mesmo.

- Tenho várias coisas pra falar aqui, muita coisa aconteceu, mas o principal que eu tenho a dizer é que to querendo me churrascar outra vez e é de imediato. Tracei aqui, sem pensar muito, um plano que consiste em pegar um ônibus pro Rio de Janeiro, entrar em alguma comunidade dominada por facção (seja tráfico ou milícia), chegar pagando de doido com uma faca de cortar pão e ir pra cima de alguém armado, de modo que eu tome bala e morra ali mesmo. Isso é algo bem alcançável pra mim pois eu tenho os meios de fazer essa viagem (to com mil e poucos guardados na poupança), então estou pensando com muita seriedade nessa opção e sentindo um frio na barriga com isso. Se eu realmente fizer, acho que valerá a pena o sentimento de adrenalina na hora.

- Na verdade, eu voltei a me sentir estranhamente bem, fiquei até sem vontade de falar o que eu ia falar aqui. Acho que o segredo é deixar pra escrever quando for de manhã, porque essa geralmente é a hora do dia em que eu estou mais deprimido e agoniado. Vou deixar pra amanhã então.

08/02/2024

Voltei, eu estava pensando em desistir de vez da faculdade mas tinha uma última prova que poderia mudar tudo então resolvi estudar bastante pra ela. Sempre, em toda a minha vida acadêmica, me ocorreu de me desesperar por conta de nota e dizer que eu iria finalmente me esforçar pra estudar e superar o que tinha de ser superado mas no final das contas não estudar nada e me ferrar; por isso, eu já tava achando que esse processo iria se repetir (afinal de contas, agora não há nada de diferente do que houve em todas as dezenas de ocasiões anteriores), entretanto não se repetiu: pela primeira vez na vida, literalmente, eu consegui estudar (e digo estudar MESMO, não só tentar, não só empurrar com a barriga, mas pegar pra valer, fazer com vontade). Não sei como foi a minha nota ainda, eu posso não ter ido bem, mas consegui fazer a prova por inteiro (não houve nenhuma questão na qual eu ficasse totalmente perdido, eu sabia o assunto que tava sendo tratado ali) e isso já é um diferencial imenso pra mim, quebrei um bloqueio mental que eu tinha desde que me entendo por gente. Há mais detalhes a serem contatos nessa história mas acho que vou conta-los depois (se contar), o resumo é esse. Obviamente isso não fez eu desistir do meu projeto de me churrascar (eu só abriria mão dessa ideia 100% caso eu nascesse de novo ou pelo menos voltasse uns 7–8 anos no tempo), até porque eu vejo o churrasco como uma realização e não (pelo menos não só) como uma tentativa de fazer o sofrimento parar; mas fiquei muito mais animado e cheio de perspectiva (inclusive mais animado pra

causar minha própria morte — explico mais sobre isso depois), estou me sentindo muito capaz e bem disposto, tenho vontade de realizar muitas coisas no tempo que ainda resta.

- Como relatei anteriormente, eu estava conversando com uma menina da internet que mora não muito longe daqui e parecia estar fluindo bem (mas não tão bem). Acabou evoluindo porém não o bastante, temos interesse um no outro e já falamos sobre ela vir aqui na minha cidade mês que vem, mas ao mesmo tempo tem horas que ela fica distante, desanimada e depressiva; nas primeiras vezes que isso ocorreu eu julguei que ela tivesse perdido o interesse e me afastei também, mas depois ela voltou a demonstrar interesse, então acho que tem futuro aí. Eu sei que esse tipo de comportamento é considerado "redflag" mas eu não estou nem aí, eu gosto dela e vou me "arriscar". Gosto do fato de ela morar no RJ, fiquei com saudades de lá depois que minha ex (também do Rio) terminou comigo.

- Eu tenho muitas coisas pra falar porém pouca disposição (acho que preciso "entrar nos trilhos" pra voltar ao ritmo de escrita no qual eu tava anteriormente), então vou ir registrando as coisas aos poucos aqui.

- Apesar da preguiça de escrever eu sinto uma certa agonia em guardar certos pensamentos só pra mim, sinto que está sendo em vão e isso me incomoda bastante.

- A ideia de não se matar pois sua vida pode melhorar só faz sentido, pra mim, se você for um adolescente ou tiver no máximo uns 20–22 anos. Eu sinceramente não acredito que após isso possa haver melhora, pois o auge da vida é a juventude; claro que outras áreas da sua vida podem melhorar, mas a sua juventude bio-fisiológica não tem mais como "melhorar" (no

máximo ser mantida, e mesmo assim é só por um curto período de tempo) e isso já tem estraga tudo pra mim.

- Dessa vez vou me restringir a relatar apenas meus pensamentos quanto a esses assuntos e não farei relatos de acontecimentos corriqueiros do dia-a-dia (exceto caso tenham muito a ver com o tópico), acho que talvez tenha sido isso que me desanimou a continuar da última vez.

- Considero que a vida ideal é aquela de um adolescente ou jovem adulto de boa aparência que tenha poucas responsabilidades mas seja bem provido materialmente e se relacione e socialize com outros adolescentes/jovens adultos em igual condição. Não me importa se há pessoas que não têm essa vida e supostamente são felizes, pra mim só vale a pena viver se a sua vida for assim. Creio que há formas de amenizar e “contornar” isso, eu mesmo pretendo fazer algo assim buscando viver o máximo de experiências possível antes de me churrascar (mesmo eu já estando velho); mas felicidade plena e despreocupada é só no cenário que descrevi apenas. Em uma existência ideal todo mundo iria ter uma vida assim (juventude/adolescência, aparência boa ou pelo menos razoável, socialização e relacionamentos, conforto material, bastante tempo livre) eternamente. Suponho que a maioria das pessoas concordaria comigo que uma vida assim seria boa mesmo e que eu só estou falando o óbvio, mas a importância que isso tem pra mim é infinitamente maior do que tem pras outras pessoas (talvez, então, o problema esteja em mim, sei lá; mas, independente disso, a questão é que o problema existe).

- Acabo de ver uma postagem de um cara falando sobre ter um emprego de segurança e estar estudando pra passar em um concurso, e eu não pude deixar de reparar que ele parece ter no mínimo uns 30 anos (se tiver menos, ta bem acabado). Não tenho absolutamente nada contra o que ele

ta fazendo e nem o olho com desprezo, mas pessoalmente não consigo ver sentido em querer buscar qualquer melhora depois de estar velho pois eu sinto que mais nada na vida tem qualquer prazer genuíno quando se está velho — e é por isso que eu pretendo me churrascar, com 24 anos eu já estou com um pé na velhice (a velhice de fato começa muito antes do que o senso comum dá a entender), quero viver mais algumas coisas pra tentar pelo menos “compensar” o tempo perdido e depois acabou. Claro que se esse sujeito em questão tiver família pra cuidar eu entendo perfeitamente ele querer ir atrás de melhora, de ganhar dinheiro, etc; quando eu digo que não vejo sentido em fazer essas coisas depois de velho quero dizer fazê-las em benefício próprio.

- 10/02/2023

  Uma das piores alterações que o Facebook realizou foi tirar a opção de fixar postagens, eu tinha muito mais ânimo pra escrever aqui quando tudo o que eu tinha que fazer era abrir meu perfil e entrar na postagem, ao invés de ter o trabalho de procurar o link no meu chat.

- A minha vida não é tão ruim, diria até que é melhor que a da maioria das pessoas, mas há certos aspectos específicos dela que me desagradam (já disse quais) e isso já basta pra eu querer tirar minha própria vida e ainda por cima tirar a de outras pessoas. Eu sei que estou dando importância demais pra superficialidades, que estou sendo fútil, que isso é loucura, etc; mas saber disso só me encoraja ainda mais, fazer algo tão drástico por conta de um problema tão “bobo” torna tudo ainda mais grandioso.

- Me sinto particularmente incomodado com a existência de mulheres que sentem um grau elevado de atração por homens jovens (15–22, mais ou

menos) de boa aparência e correm atrás deles, dão em cima deles, etc — e sentem repulsa de homens mais velhos, ou pelo menos não gostam deles. Eu não acho que essas mulheres estejam erradas, na verdade acho bem natural que elas sintam esse tipo de atração, esse tipo de homem/rapaz realmente está no topo da beleza; o problema é justamente eu não ser um deles (já estou velho demais, porém mesmo quando eu tinha essa idade eu não me encaixava 100% no padrão, além de que fatores geográficos e econômicos me limitavam e ainda me limitam). Eu poderia tentar olhar a situação com outros olhos, tentar não dar muita importância pra isso ou pensar na existência de tantas outras mulheres que (supostamente) não possuem esse tipo de preferência; mas eu simplesmente não quero, sinto que vou estar "ignorando o problema". Eu sei que essa minha preocupação pode ser considerada extremamente fútil mas pra mim isso não muda nada, eu sou fútil mesmo, e aí? Isso me deixa extremamente revoltado, pretendo matar gente e tirar minha própria vida por conta disso (talvez eu não mate nenhum terceiro, mas com certeza vou matar a mim mesmo — até porque não quero ficar ainda mais velho); as minhas possíveis futuras vítimas nem precisam ser exatamente uma dessas mulheres ou um desses caras que elas preferem (apesar de que eu desejo tudo de ruim pra eles, mesmo sabendo que eles não têm culpa de nada), eu só quero descarregar a raiva em alguém, sentir que eu estou fazendo uma diferença na vida de alguém e no mundo (mesmo que seja uma diferença pra pior).

- Eu não quero ficar ainda mais velho e eu vou me matar pra impedir isso.

- Eu não acho que ninguém me deva nada e nem que qualquer pessoa tenha culpa por eu ser do jeito que sou, MAS ainda assim eu sinto raiva, ressentimento e tenho vontade de causar dor aos outros pra descontar o que eu sinto de negativo; e daí? Eu posso muito bem reconhecer que estou "errado", que minha atitude é irracional, e mesmo assim me ater à mesma.

Então deixo bem claro que eu não acredito que eu esteja com a razão ou com a moral, eu simplesmente sinto vontade de fazer as coisas e pretendo ir lá fazer mesmo sabendo que ta “errado”.

- Eu quero validação feminina (atração genuína), eu quero ser fisicamente bonito, eu quero entrar na mente das pessoas e ser lembrado, eu quero voltar a ser/permanecer jovem, eu quero fazer alguma diferença marcante na vida das outras pessoas (nem que seja pra pior…ou, talvez, eu queira especificamente fazer uma diferença pra pior) e eu quero minha ex vá tomar no meio do cu e que todas as desgraças possíveis caiam sobre a vida dela. Não ter esses meus desejos cumpridos me gera frustração, tristeza, raiva, ressentimento e uma série de outros sentimentos negativos e, por conta disso, irei me matar (e também pretendo, de preferência, matar outras pessoas). Estou sendo extremamente fútil? Estou sendo mimado? Me preocupando com o que só existe na minha cabeça? Que seja, não discordo disso mas não irá fazer eu mudar ideia.

- No início desse diário eu tinha todo cuidado possível pra não falar mal da minha ex e desejar mal pra ela, só queria relatar a falta que ela me faz; agora cansei disso, eu não tenho obrigação nenhuma de ficar podando meus próprios sentimentos. Desejo que todas as maldições, mazelas, pragas e males se caiam sobre a vida miserável dela. E não vou negar: sinto essa raiva dela apenas por ela ter me deixado (e possivelmente me traído), nada além; ela não me prejudicou de nenhuma outra forma, e mesmo assim tenho ódio por ela. Reconheço que é um ódio desproporcional e que eu estou tendo uma atitude mimada/de ego frágil, mas reconhecer isso não me faz mudar de ideia.

- Sinto um fascínio muito grande pela ideia de uma mulher sentir atração genuína por um homem, sentir interesse no corpo de carne e osso dele e

querer estar com ele só pelo prazer de estar com ele; isso é diferente dela querer estar com ele prover ela de alguma coisa, de estar com ele pra sentir-se protegida, de estar com ele por achar que ele será um bom pai, de estar com ele por gostar da companhia, etc. Considero isso uma das coisas mais importantes na vida, talvez A mais importante — provavelmente está empatado com a ideia ser alguém que entra na mente das pessoas, alguém que é famoso, que é lembrado, que fez alguma diferença marcante no mundo, etc. Muitas pessoas vão olhar pra isso e achar um absurdo que eu considere isso a coisa mais importante, problema deles: eu não consigo pensar nisso como algo não importante, podem zoar o quanto for que eu não vou deixar de sentir esse anseio. Creio que o que a minha ex teve comigo não foi atração genuína, ela fingiu muito bem que sentia atração por mim (incluindo fingir pra si mesma) mas acho que o que ela realmente almejava era a excitação da aventura de estar indo pra outro estado escondida, conhecendo alguém da internet, etc e quando isso foi se esvaindo o interesse dela foi todo embora.

- Eu sinto que as minhas preocupações, neuroses e anseios são mais importantes do que qualquer coisa, incluindo o bem estar e até mesmo a vida de terceiros (e a minha própria vida, claro, quem eu mais quero matar sou eu próprio). Eu sinto que eles devem ser ouvidos por outras pessoas e que as outras pessoas deveriam se importar com eles. Eu não acho que eu esteja certo, por isso eu apenas digo que SINTO tais coisas ao invés de fazer afirmações como “minha preocupação É importante e as pessoas DEVERIAM ouvi-la”. Na prática não muda muita coisa, mesmo sabendo que é tudo egoísmo/narcisismo/megalomania da minha parte eu pretendo levar isso em frente (na verdade, só me encoraja mais ainda, como já disse anteriormente); apenas gosto de deixar claro que reconheço tal realidade pra não passar a impressão de que na minha cabeça eu estou certo e as

outras pessoas erradas — pois eu não acho esteja nem 1% certo, a questão é que estar certo ou errado não é o que define minhas atitudes.

- Eu não creio que sou injustiçado e nem creio que sou uma vítima, mesmo assim estou cheio de revolta e não sinto qualquer peso na consciência por isso. Eu vou fazer o errado sabendo que está errado, e por que? Porque eu simplesmente quero, acabou!

- Estou sentindo um ódio descomunal do sexo feminino nesse exato momento, provavelmente é algo passageiro mas é ainda assim é intenso. Estou com vontade de xingar e bloquear até mesmo a única amiga que eu tenho e também a menina com quem ando falando nos últimos dois meses, estou odiando todas elas — e especialmente minha ex. Não há um motivo racional para eu estar sentindo isso, eu apenas sinto que elas são absurdamente privilegiadas (se tratando de sexualidade e relacionamentos) e que sempre conseguem trazer a narrativa pro lado de si, sempre saírem como corretas e serem tratadas ou como vítimas ou como heroínas. Eu não sou dizendo que essa minha percepção está correta, mas a que estão é que eu sinto que ela está e o que importa pra mim é o que eu sinto. Não vou fazer nada, vai passar, mas de qualquer forma sinto muito ressentimento do sexo feminino.

11/02/2024

Eu daria tudo pra ter uma arma de fogo aqui comigo agora, tudo mesmo. Eu quero muito morrer e se eu tivesse uma arma tudo o que eu iria precisar é de apertar o gatilho, aí acabou tudo no mesmo instante. Não to sentindo desespero, não to em um estado emocional “dramático”, só não tô afim de continuar vivo, to achando sem graça. Me enforcar ou me jogar na frente de

um caminhão/ônibus é algo mais acessível mas é bem mais complicado que usar uma arma, então sei lá, se eu tivesse muito desesperado talvez eu apelasse pra esses métodos mesmo e fds, mas uma arma seria incomparavelmente mais conveniente. E eu queria fazer isso agora ou quanto antes possível, assim que eu tiver como eu vou fazer, agora eu to decidido, sem enrolação.

12/02/2024

Aquele momento de misoginia já passou (eu bem disse que provavelmente ia ser passageiro). Na hora eu estava fazendo várias reflexões sobre como as mulheres odeiam os homens, os vêem como verdadeiros monstros e por isso sentem o direito de fazer tudo de ruim com qualquer homem pois na cabeça delas é uma legítima defesa e vingança por tudo de ruim que o sexo delas sofre e sofreu; porém, logo me lembrei que apenas uma parcela específica do sexo feminino pensa isso de forma séria e sistemática (entretanto não duvido que a maioria tenha pensamentos assim de forma casual). De qualquer forma, não foi um sentimento ódio no sentido de ver as mulheres como inferiores ou como objetos sexuais ou como promíscuas e maliciosas, mas no sentido de vê-las como uma ameaça — e, sinceramente, ainda sinto de certa forma que elas são uma ameaça; porém minha resposta a isso (enquanto eu continuar vivo) é redobrar a cautela em relação a elas, não tomar uma postura agressiva. No final das contas não há tanta diferença entre homem e mulher fora dessas dinâmicas sociais de relacionamento, caso eu fosse mulher eu ainda iria estar sofrendo mais ou menos com os mesmos problemas e neuroses que eu sofro agora.

- Já estou praticamente decidido a me matar assim que eu puder fazer isso de forma fácil (ou seja, quando eu tiver uma arma de fogo em mãos). Não

vou desistir de tudo, vou continuar tocando minha vida normalmente e cumprindo o que eu tiver de cumprir (mal não vai fazer), talvez até com mais esforço que antes; mas consciente de que estou apenas fazendo hora extra na Terra e que o meu objetivo agora é o suicídio. Anteriormente eu estava pensando em ter algumas realizações e viver certas experiências antes de morrer mas por algum motivo não sinto mais ânimo com essa ideia, se eu pudesse iria morrer agora mesmo (de forma instantânea, é claro); então nem penso mais em deixar legado, fazer muita cerimônia, discursos e enrolação, assim que eu conseguir uma arma de fogo vou simplesmente deixar tudo isso aqui público, iniciar uma live, pedir pra alguém ir gravando a live me matar durante ela.

- A juventude não tem preço e supera a tudo, é melhor ser uma criança congolesa vivendo na mais pura miséria do que ser um bilionário suíço de 50 anos — simplesmente porque a juventude desse último já se esvaiu faz décadas enquanto o primeiro ainda está por vivê-la.

- Acho que independente do que eu falar aqui e de quais assuntos eu escolher dar mais ênfase ainda assim serei lembrado como um cara que se matou por causa da ex. Digo isso pois estava me lembrando de uma passagem bíblica, mais especificamente no capítulo 9 de Juízes, onde um homem de nome Abimeleque foi gravemente ferido em batalha por uma mulher e pediu pra seu escudeiro que terminasse de tirar sua vida pra que as pessoas não dissessem que ele foi morto por uma mulher, entretanto Abimeleque acabou mesmo assim sendo lembrado como o homem que foi morto por uma mulher. Então não há muito o que fazer, vou falar aqui o que eu sinto vontade de falar mas não vou mais me preocupar tanto com a forma que minhas palavras serão interpretadas, as pessoas irão pensar o que elas querem pensar.

- Hoje faz 7 meses que a minha ex terminou comigo, quando fez 6 meses (mês passado) eu nem lembrei no dia, estava distraído demais pensando no meu novo interesse amoroso (a menina com quem comecei a conversar em dezembro). Já voltei ao meu estado melancólico e por isso estou novamente tendo lembranças da minha ex e passando por emoções negativas provocadas pela memória dela (entretanto, não é mais tão intenso igual era até dois meses atrás).

- Eu estou com muita vontade de ir agora mesmo, não quero ter que bolar um plano pra arrumar uma arma. O jeito vai ser cortar minha garganta, tenho uma faca de cortar pão na minha mochila e ela parece ser afiada o bastante mas vai levar muita determinação da minha parte. Não sei se consigo, mas eu to querendo muito morrer e quero agora. Estou segurando a faca e roçando ela no meu pescoço, não estou afirmando com 100% de certeza que irei me matar com ela mas estou perto disso.

- Procurei, agora mesmo, saber o mínimo sobre esse método de suicídio pra evitar fazer alguma cagada muito grande na hora e acabei me distraindo um pouco enquanto pesquisava. Por outro lado, a ideia de acordar vivo amanhã me causa muita angústia então eu continuo querendo me matar ainda hoje e fico nesse dilema.

- Eu nem sei mais o que ta me afligindo, só sei que eu to mal e quero morrer AGORA.

- Estou pensando em fazer o seguinte: cravar uma faca no meu peito, mirando no coração, e caso eu ainda esteja acordado e com forças tentarei cortar minha garganta com a outra, tudo isso durante uma live (vou pedir pra que alguém a grave). Penso em fazer isso amanhã, irei no mercado comprar outra faca e talvez eu também compre alguma bebida alcoólica

mais forte pra me ajudar a não dar pra trás na hora do ato. Talvez eu tente arrumar um martelinho pra ajudar a cravar a faca no coração com mais eficácia, mas de qualquer forma essa parte do coração é mais pra efeito dramático, o principal será cortar as artérias em meu pescoço. Não sei se eu já mencionei isso aqui antes, mas tenho um grau leve de ginecomastia e já que vou estar me apunhalando todo de qualquer forma penso e cortar meus mamilos fora na hora também, pelo menos vou morrer livre dessa desgraça.

- 13/02/2024

  Meus defeitos e falhas de caráter nunca mudam, cada dia que passa eles se repetem e o número de decepções só cresce cada vez mais; eu sinceramente não entendo como os meus pais me toleraram por tanto tempo assim. Não estou me fazendo de coitado, minha intenção não é dizer que você, leitor, deveria ter pena de mim por eu estar assim; minha intenção é relatar que isso faz eu me sentir muito mal e é um dos fatores que me encorajam a fazer auto-extermínio. Bem dizem que o pau que nasce torto nunca se endireita, minha solução é a morte mesmo, só assim pra eu sair desse limbo infernal.

- Acho que não há futuro com aquela menina, mesmo já tendo demonstrado interesse em mim ela ainda parece muito indecisa e pra mim isso é sinal de que ela não tem interesse pra valer. Isso me incomoda, eu gostaria de arrumar outra namorada só pra sentir que eu sou capaz de encontrar outra pessoa, acho que só assim eu vou superar um pouco a memória da minha ex; infelizmente eu sou incapaz, por muito tempo pensei que eu não tinha a capacidade de arrumar alguém além da minha ex (inclusive durante o meu relacionamento com ela) e agora sinto que é verdade mesmo. Os motivos

que me levam a ser incapaz são assunto pra outra conversa, eu já pensei bastante sobre eles e sinceramente não tenho mais disposição pra discuti-los, o que eu sei é que eu não consigo e ponto.

- Eu acho que tirar minha própria vida da forma que estou planejando tirar vai ser uma realização, pois conseguir se matar cortando a própria garganta e apunhalando o próprio coração é para poucos, coisa de MACHO.

- Independente de qualquer coisa sinto que já estou velho demais, e por estar velho demais não consigo mais aproveitar as coisas (qualquer coisa) pois sinto que as coisas não foram feitas pra ser aproveitadas quando se é velho. Isso não é o que eu acredito, então não da pra tentar argumentar comigo que isso não faz sentido; é apenas como eu me sinto e até onde sei não da pra mudar.

- Pensei hoje em tanta coisa pra falar aqui que não daria tempo de falar tudo caso eu fosse me matar de imediato, então novamente vou adiar. Mas cada dia que passa o suicídio se torna algo mais certo, agora que eu já cheguei perto de realmente colocar o auto-extermínio em prática creio que umas boas barreiras mentais foram rompidas e daqui pra frente (caso eu continue vivo, pois não descarto a possibilidade de eu, por exemplo, querer me matar amanhã ou depois de amanhã) sempre que eu entrar em um momento de crise o meu primeiro pensamento será acabar com a minha própria vida, pois estou cada vez mais acostumado com isso. O PC Siqueira é um exemplo dessa dinâmica, pois ele passou anos e anos falando de se matar, chegou a fazer tentativas, e no final de tudo acabou conseguindo de fato tirar a própria vida — e eu creio que boa parte do que favoreceu o suicídio do PC foi ele já ter criado costume.

- Não sei se já contei isso aqui, mas a minha ex foi quem teve a iniciativa de começar a falar comigo e foi ela que veio me ver primeiro (não eu que fui na cidade dela — eu fui, mas só depois de ela já ter vindo aqui); fico imaginando o nosso relacionamento sendo discutido em alguma conversa feminina (seja uma roda de conversa presencial, seja um grupo de chat, seja uma comunidade virtual, etc) e as mulheres dizendo que ela foi boba de dar moral pra homem, que o certo era o homem ir atrás, etc e que ela fez certo em me largar depois pois ela merecia algo melhor. Aliás, talvez isso já tenha acontecido de fato e eu apenas não fiquei sabendo. Há um número considerável de mulheres que, de forma consciente e explícita, apoia a "emancipação feminina" e blablabla mas ao mesmo tempo também apoiam certos "papéis de gênero" tradicionais que coloquem a responsabilidade nos ombros dos homens e as beneficiem, como o homem ter a obrigação de cortejar, de correr atrás, de ter iniciativa, de conquistar, de ser provedor, etc e elas sentem muito desprezo (talvez até ódio) dos homens que elas vêem como folgados (por não quererem ter essa atitude) e ficam incentivando umas às outras a não tolerar esse tipo de comportamento; imagino que essas mulheres estariam rindo da minha situação e dizendo que eu mereci tomar um pé na bunda e que acham merecido eu sofrer com isso — e eu não vou negar que pensar nisso me deixa muito magoado e ressentido (mesmo não sendo algo que já tenha acontecido de fato, é algo que provavelmente aconteceria, isso é o bastante pra eu ficar sentido). Quando minha ex terminou comigo (e também depois) ela disse que foi por me achar muito passivo, fraco e sem atitude, entre outras coisas; acho que isso contribuiria ainda mais pra narrativa de que sou um homem folgado e banana que não vale a pena e deveria ficar sozinho (apesar de que eu acho que não foi só por isso que ela terminou, acho que ela perdeu um pouco da atração física por achar que tava ficando

muito velho, gordo e calvo e/ou também, possivelmente, já estava traindo ou querendo trair/olhando pra outro cara).

- Em meados do ano passado, na etapa final do meu relacionamento, eu havia ficado ligeiramente acima do peso; minha ex não comentou absolutamente nada sobre isso mais imagino que tenha contribuído consideravelmente pra ela perder atração por mim. Pelo menos eu agora já perdi essa gordura e voltei a ser como eu era no início do namoro (se bem que é uma diferença bem pequena).

- Eu realmente não sou alguém desejável pras mulheres em geral, elas não teriam nada a ganhar em se relacionar comigo. Eu realmente sou muito passivo, fico muito apegado e meloso, carente, não tenho atitude, sou “banana” e “fraco” de um modo geral; além disso, também passo longe de ser bonito (eu até gosto um pouco da minha aparência — tanto que posto fotos regularmente — e não acho que eu seja visto como feio pelas outras pessoas, mas também não chamo a atenção fisicamente, então acabo não oferecendo atrativo nenhum). Olhando de um ponto de vista pragmático, a minha ex estava 100% correta em se desfazer de mim, o relacionamento era incomparavelmente mais benéfico pra mim do que pra ela — que conseguiria muito facilmente arrumar alguém superior a mim em todas as áreas e que morasse muito mais perto (e ela realmente arrumou). Claro que isso não faz eu me sentir menos ressentido, muito pelo contrário: justamente por saber que ela estava com a “razão” eu fico ainda mais inconformado, angustiado, ansioso, etc. Eu não vou mudar isso, não quero discutir sobre os motivos (assim como não quero discutir sobre os motivos referentes a eu não conseguir arrumar mulher e minha ex provavelmente ficar sendo a única na minha vida) mas é fato que eu não vou mudar, por isso eu realmente deveria não alimentar mais esperanças quanto a

relacionamento (de certa forma eu já não alimento mesmo, caso contrário não iria estar pensando em me matar de imediato). Sei que muitos que lerem isso irão pensar “ele está querendo se fazer de coitado”, mas isso é mentira pois eu estou escrevendo pra mim mesmo, estou apenas relatando como eu enxergo a situação e não querendo gerar uma reação emocional (nesse caso, gerar pena) no leitor — se a minha intenção fosse gerar pena eu iria publicar isso em algum lugar enquanto ainda estou vivo, sendo que o meu plano é justamente deixar isso público após eu morrer (e eu não vou estar vivo pra poder receber a suposta pena e empatia que eu supostamente estou querendo gerar ao escrever essas coisas).

14/02/2024

Estou passando por uma mistura de inúmeras emoções negativas, não sei nem explicar exatamente o que está me fazendo mal e muito menos o que iria me fazer melhorar. Não quero fazer nada, não estou sentindo graça com nada, nada me distrai, não estou disposição nenhuma e também não consigo pensar em nada que me deixe sequer um pouco otimista, estou sem perspectiva de memória; não consigo mais nem mesmo arrumar algum mecanismo de enfrentamento que tire minha atenção disso, estou sem foco pra nada, não tenho escapatória.

- Estou me sentindo vazio e estranho, parece que tudo está diferente do que era pra ser. Não sinto a mesma “magia” em simplesmente estar existindo que eu sentia até alguns meses atrás. Engraçado que já houve muitos momentos no passado em que eu estava me sentindo de forma análoga ao que eu estou sentindo agora, mas nem se compara em intensidade e duração com o que estou sentindo agora — além do mais, olhando agora pras memórias de tais momentos eu percebo que mesmo neles havia, sim,

uma certa “magia”, ao contrário de agora; eu não tinha noção do que era estar se sentindo vazio e com estranheza.

- Um inferno se iniciou em minha vida no dia 12 de julho de 2023 (o dia em que a minha ex terminou comigo) e tem continuado desde então; desde esse dia eu não tive um momento de paz, apenas flutuações entre sentir um nível tolerável de sofrimento e um nível insuportável. Em alguns momentos até pensei “uma hora o jogo vira e eu saio dessa”, mas a hora da virada nunca chegou; semana passada eu cheguei até a pensar que esse momento finalmente estava acontecendo por eu ter conseguido estudar para a prova mas agora um desânimo insuperável se abateu sobre mim (mesmo eu ainda tendo chance de estudar e tudo mais, o jogo não acabou e meu plano não fracassou — o que torna esse desânimo ainda mais injustificável).

- Está caminhando pra fazer oito meses que minha ex terminou comigo e eu li que oito meses é a média de tempo que se leva pra superar um relacionamento (inclusive acho que já mencionei isso anteriormente), só que eu claramente não superei ainda; e o pior é que essa é uma média baseada em relacionamentos com uma duração consideravelmente maior que a do relacionamento que eu tive, isso significa que eu realmente estou muito pior do que era pra estar. Nos primeiros meses eu até pensava que era normal ficar sofrendo pelo término já que era recente, e de fato era, só que agora não é mais recente e eu continuo sofrendo. Creio que só vou parar de sofrer quando eu arrumar uma outra menina, assim eu vou me sentir capaz (coisa que atualmente eu não me sinto), mas eu não consigo arrumar mulher, eu sou incapaz (não quero discutir os fatores que levam à minha incapacidade, essa é uma discussão que já tive várias vezes, tanto comigo mesmo quanto com outras pessoas, e ela é uma discussão infrutífera; o que eu sei é que eu estou incapacitado, ponto); o que me resta

é me conformar a continuar sofrendo sozinho ou então me churrascar logo — e eu pretendo me churrascar independente de qualquer coisa, só que eu posso me churrascar ou agora ou daqui alguns anos (a intenção do churrasco é impedir que eu envelheça ainda mais do que já envelheci até hoje), se eu for me churrascar daqui alguns anos vou ter que ficar aguentando nas costas o peso da solidão e da saudade por um bom tempo ainda.

- No final de setembro de 2023 minha ex entrou em contato comigo por pensar que eu estava espalhando/fofoca do coisas ruins sobre ela. Isso em parte é verdade, pois eu havia desabafado sobre o término do relacionamento com algumas pessoas (falei mais ou menos as mesmas coisas que falei aqui) e muitas dessas pessoas passaram a ter uma visão negativa dela; mas além disso minha ex também me acusou de ter vazado coisas íntimas dela e me ameaçou dizendo que eu iria ser cobrado, que eu não tenho noção do mal que ela pode fazer pra mim e que ela tem contatos, só que eu nunca vazei nada dela (e nem de ninguém). Passados alguns dias ela percebeu que eu realmente não havia vazado nada, então tivemos uma rápida conversa por mensagem e implicitamente fizemos o acordo de não mais tocar nesse assunto e deixar pra lá; desde então nunca mais nos falamos. Eu fiquei extremamente mal no momento em que ela me acusou daquilo, comecei até a duvidar de mim mesmo e me perguntar se no final das contas eu não era realmente culpado de tudo aquilo (só que eu não era; eu realmente errei em ficar desabafando com muita gente e não tendo muito filtro na hora de falar, isso foi um grande vacilo da minha parte, mas eu não fiz isso com o intuito de prejudicar minha ex e nem sequer passou pela minha cabeça a ideia de vazar qualquer foto ou vídeo dela); uns dois dias após esse episódio eu pensei com seriedade pela primeira vez na vida em cometer o auto-extermínio (lembro que era uma manhã de sexta feira,

ainda não havia dado a hora da ir pra aula e eu estava sozinho em casa pois meus pais haviam saído pra ir no médico, então eu me escorei em uma paredinha do terraço daqui de casa, que fica no quarto andar, e pensei em pular) — eu provavelmente disse em registros anteriores que a primeira vez que pensei em churrasco foi em outubro mas na verdade foi esse dia aí, dia 29 de setembro de 2023.

- Quando eu olho para o passado recente, mais especificamente o início do ano passado (2023), eu sinto um vazio muito grande pois lembro de como nessa época a “magia” não só era presente como era muito intensa. Eu tinha um sentimento muito forte de excitação em relação ao futuro, uma expectativa de viver experiências cada vez mais marcantes e uma sensação de que as coisas finalmente estavam acontecendo na minha vida (pela primeira vez eu estava namorando alguém e tendo contato físico com a pessoa, pela primeira vez eu tava sentindo que alguém se atraía por mim pra valer, pela primeira vez eu estava conhecendo alguém da internet presencialmente, pela primeira vez eu estava indo pra outro estado e conhecendo a cidade mais icônica do Brasil…enfim, pela primeira vez eu estava “saindo do limbo”). Perder tudo isso foi um baque muito forte pra mim, do qual ainda não me recuperei e nem sei se irei me recuperar; hoje em dia eu sinto que sou uma sombra do que eu era no passado recente e que agora nada mais é real, nada mais tem graça, nada mais vai se equiparar ao que eu vivi (que pode ter sido pouco aos olhos das outras pessoas, mas pra mim foi muito marcante e prazeroso). Eu estava com a esperança de que essa menina com a qual comecei a conversar em dezembro iria me proporcionar uma continuação da experiência que vivi ano passado, mas cada dia que passa eu vejo que não vai ser assim e que provavelmente não irei ter nada com ela, só me iludi.

- Suponho que muitas pessoas que lessem o que estou relatando aqui iriam dizer que se eu quero voltar a viver essa magia e essas experiências eu deveria começar a correr atrás, me esforçar, etc; só que eu não quero isso, eu quero algo semelhante ao que me ocorreu ano passado, algo que fluiu de forma totalmente natural (sem eu estar ativamente correndo atrás) — se for pra “forçar” não vai ter graça nenhuma. Além do mais, a própria disposição pra correr atrás de certas coisas já é algo que faz parte dessa “magia”, então se não há a “magia” também não há disposição pra correr atrás. Isso torna a ideia de eu me churrascar ainda mais atrativa pois no processo de me churrascar eu pelo menos estarei “saindo do limbo” e vivendo algo marcante mais uma vez.

- Estou me sentindo esquecido, irrelevante e minúsculo. Se eu sou realmente essas coisas ou não é outra conversa, o que eu estou relatando aqui é que estou me SENTINDO assim.

- Mencionei anteriormente que não consigo mais me animar com a perspectiva de viver coisas boas/excitantes/marcantes no futuro (sendo que era algo que até pouco tempo atrás me animava, e que eu inclusive usava como mecanismo de enfrentamento quando estava passando por momentos emocionalmente difíceis), creio que grande parte disso seja porque já estou velho/na beira da velhice e sei que no futuro estarei mais velho ainda, e eu sinto (com MUITA intensidade) que não há graça nenhuma em viver as coisas quando se é velho.

- Lembro que em registros anteriores eu costumava dar muita ênfase no fato do envelhecimento ao qual eu me referia (e que me aterrorizava) ser envelhecimento bio-fisiológico, mas pra falar a verdade o aspecto cronológico do envelhecimento também me incomoda e eu acho que ser

uma hipotética pessoa de 50 anos que é bio-fisiologicamente (incluindo a aparência física, nos mínimos detalhes) a mesma coisa que uma pessoa de 20 anos não seria tão bom quanto ser, de fato, uma pessoa de 20 anos. Não me entenda errado, seria ótimo se descobrissem a cura pro envelhecimento bio-fisiológico e eu tivesse acesso à mesma, mas acho que o aspecto psicológico e social da juventude também tem sua importância (não só o bio-fisiológico); nem estou falando de envelhecimento do cérebro (até porque isso também se encaixa no aspecto bio-fisiológico), mas simplesmente do fato que as memórias vão se acumulando com o tempo e você não é mais tratado como um jovem e nem está inserido em um ambiente jovem, seu estilo de vida será em grande parte o estilo de vida de um velho. Penso que é uma coisa muito boa a sensação de possuir poucas memórias e sentir que sua vida está só começando, sentir que você é inexperiente e ainda tem muito por aprender e que as outras pessoas esperam de você que você seja inexperiente afinal de contas você é novo (inclusive, falando nisso, lembro de já ter relatado anteriormente que sinto muita angústia em ver como as coisas e as pessoas vão se transformando com o passar dos anos, sinto um ar de inconstância e efemeridade muito deprimente vindo dessas observações; isso tem muito a ver com o desgosto que o envelhecimento cronológico me dá). O ideal mesmo, em um cenário utópico, não seria a cura do envelhecimento bio-fisiológico mas sim poder literalmente voltar no tempo e viver a juventude de forma INTEGRAL novamente.

25/02/2024

Por incrível que pareça, eu consegui passar na química orgânica. Isso é algo inédito pra mim, durante toda a minha vida eu só conseguia ir bem em uma prova se fosse uma matéria fácil (ou seja, se fosse uma matéria que

não é de exatas), se desse pra colar ou se eu pudesse contar com a sorte (ou seja, se fosse múltipla escolha ou algo parecido); essa foi a primeira vez que eu consegui realmente estudar, entender e dominar o conteúdo ao ponto de ser capaz de aplica-lo em uma avaliação aberta. Para as outras pessoas isso pode ser algo bobo (já que elas provavelmente passaram por um processo de superação parecido muito mais cedo em suas respectivas vidas), mas pra mim faz toda a diferença, provei pra mim mesmo que sou capaz e que a barreira que eu achava ser insuperável na verdade não o é. Obviamente não desisti de morrer por conta disso, visto que o motivo pelo qual desejo ter um fim “prematuro” (no meu ver não é nada prematuro, visto que já estou velho, mas na visão da maioria isso é “morrer jovem”), mas estou mais animado pra vivenciar o que eu tiver de vivenciar no que me resta de vida (uns dois ou três anos, no máximo uns cinco) — incluindo explorar intelectualmente essa ideia do suicídio e talvez deixar algum legado referente a isso.

- Dentro de duas semanas irá fazer 8 meses que minha ex terminou comigo e posso dizer, com segurança, que ainda não superei e guardo muito ressentimento. Provavelmente nunca vou superar — mas, olhando por outro lado, tudo bem, eu posso usar essa mágoa e esse ressentimento como motivação também (não motivação para supera-los, muito pelo contrário).

- Sinto que a minha existência virou um tumor, por conta de eu já estar muito velho. É um tumor em fase inicial, mas de qualquer forma o sentimento é que estou fazendo hora extra na terra.

- Eu tinha muita coisa pra relatar aqui (pensei em várias faz poucas horas), infelizmente estou com preguiça de relembrar tudo, articular e ainda digitar.

- Eu evito falar abertamente pra outras pessoas que eu pretendo morrer cedo (seja diretamente tirando minha própria vida ou não) igual eu falo aqui pois caso faça isso eu irei sentir que tenho o compromisso de cumprir minha palavra e eu não quero isso. Intelectualmente, eu cheguei na conclusão de que morrer cedo é o que mais vale a pena (ou seja, eu não estou querendo morrer só por conta de um mau momento ou qualquer coisa do tipo, eu realmente não consigo pensar trajetória de vida realista que faça valer a pena estar vivo — entre outras coisas, pois qualquer trajetória de vida envolve envelhecer), entretanto caso eu fosse atentar contra minha própria vida agora eu provavelmente não iria conseguir já que o instinto de sobrevivência iria falar mais alto; isso não significa que eu não queira morrer, apenas que não tenho auto-controle o suficiente pra domar esse instinto, mas pra quem ta olhando de fora vai parecer que não quero morrer “de verdade” — por isso, evito assumir o compromisso de por fim na minha vida (mas deixo claro que é o meu desejo).

- Grosso modo, meu plano agora é terminar meu curso (suponho que consiga terminar quando tiver acabado de fazer 27 ou um pouco antes disso, caso eu me esforce e não reprove em mais nada — e eu agora percebo que não reprovar em mais nada é, de fato, um objetivo realista, apesar de difícil), viver o máximo de experiências marcantes e radicais que eu conseguir (e na medida que uma não afete a minha habilidade de viver outras posteriores — exceto quando eu já quiser morrer de uma vez) e por fim ter uma morte dramática antes dos 30. Eu pretendo cuidar da minha aparência o máximo possível daqui frente, não tenho mais esperança de arrumar mulher (acho que minha ex vai acabar sendo única mesmo) mas quero “oferecer” o melhor “sacrifício” possível quando for chegada a hora (sei que inevitavelmente irei envelhecer em alguns aspectos pois após os 25 você já é basicamente um idoso, mas quero retardar o que der pra

retardar).

27/02/2024

- Eu definitivamente sinto que estou “fazendo hora extra” na vida, essa é a expressão que melhor descreve esse estado de espírito (ou, melhor dizendo, essa realidade). Eu estou velho, e por estar velho eu sinto que não há mais graça e sentido em vivenciar qualquer coisa, eu tenho a sensação de que (por eu ser velho) é simplesmente inapropriado. Isso vale principalmente para relacionamentos (não só pra eles, mas acho que eles são uma das coisas que mais importam na vida), ainda que eu venha a por um milagre começar a me envolver com moças não vai ser a mesma coisa que fazer isso sendo adolescente (ou tendo no máximo uns 23, que foi quando eu conheci minha ex) — e isso faz toda a diferença pra mim, não é algo que eu possa mudar (e nem quero mudar, eu acho, o que eu quero é viajar no tempo ou então ir pra uma outra dimensão onde não exista envelhecimento). Eu ainda quero aproveitar o tempo de vida que me resta, essa sensação não me impede de fazer isso, mas o farei estando plenamente consciente de que a minha existência agora é um tumor, que eu deveria morrer logo e que nada do que eu fizer irá se equiparar com o privilégio de poder fazer a mesma coisa estando jovem.

- Eu já falei muito aqui de morrer com 24, com 27 e até com 33, mas acho que a idade realmente definitiva é 30; claro que 29 anos já é bem velho e que 29 é um número feio pra se ter como idade, mas 30 é muito pior e a diferença entre “eu tenho 29” e “eu agora tenho 30” é simbolicamente muito brusca. Então, decido que é inaceitável eu chegar aos 30 anos, isso é inegociável e independente de qualquer coisa eu preciso estar MORTO antes do dia 14 de setembro de 2029. Eu já estou velho agora,

quando completei 24 (minha idade atual) já não restava mais dúvidas que definitivamente estou no estágio da velhice (desde os 20 eu já percebia isso aos poucos, mas o baque mais forte veio com 24, entre 20 e 23 eu ainda estava em um meio termo mas agora definitivamente estou velho), mas é uma velhice ainda “tolerável”, se é que podemos dizer assim, então pretendo “barganhar” e viver o que eu puder viver durante esse período inicial e aceitável da velhice, mas chegando em 30 acabou tudo, não há mais nada que justifique estar vivo (nada além de ter filhos pra criar ou algo do tipo, mas eu estou falando de viver pra si mesmo), NADA. Assim sendo, tenho cerca de 5 anos e meio de vida restantes (no máximo, pois eu posso decidir morrer antes disso também).

- Se eu preciso morrer antes de completar 30 anos isso significa que eu ainda verei mais duas olimpíadas (incluindo a que vai acontecer esse ano agora), mais duas eleições presidenciais americanas (incluindo a que vai acontecer esse ano agora), mais uma eleição presidencial brasileira e mais uma copa do mundo (então 2022 terá sido a penúltima vez que terei “presenciado” uma copa do mundo e uma eleição presidencial brasileira).

28/02/2024

Hoje completa 1 ano que a minha ex criou uma página com um textinho falando da gente uma música de fundo (que ela dizia ser a nossa música) e mandou pra mim (era pra comemorar que fazia um mês que a gente havia se encontrado pessoalmente, o que ocorreu no dia 28 de janeiro de 2023). Fico muito triste lembrando disso e das sensações que eu tive na época.

- Eu não superei a minha ex nem um pouco, aprendi a conviver melhor (muito melhor) com o sentimento mas não superei, o que eu penso e sinto

agora não é muito diferente do que eu pensava e sentia 7 meses atrás (com a diferença de que agora eu tenho bastante raiva e ressentimento). De certa eu até gosto disso (acho que já falei anteriormente), com o passar do tempo eu vi que não era só coisa do momento e nem as emoções falando mais alto, eu vi que é algo muito mais profundo e então eu posso ter essa certeza; de agora em diante eu vou fazer questão de guardar mágoa dela, sempre que eu estiver me sentindo mal farei questão de me lembrar da causa disso (seja direta ou indireta), vai passar anos e eu não vou me esquecer — nunca mais. Eu te odeio, Thaís; não me importo mais se é um ódio em vão ou não, se algum dia eu darei “a volta por cima” ou não, vou continuar te odiando.

- Acabou pra valer a chance das conversas com aquela menina dar certo, mal estamos trocando mensagem ultimamente, morreu de vez. Chato, mas por outro lado não me incomodo tanto assim pois a pessoa que realmente mexe comigo continua sendo minha ex.

- Reparo que minha vida interna está em uma espécie de “looping” desde 2017–2018, isso aparentemente começou a mudar com os acontecimentos do segundo semestre de 2023 (eu ter começado a pensar seriamente em fazer churrasco). Claro que sentir-se em um “looping” é algo bem comum, o que não falta são pessoas dizendo por aí que parece que a vida delas não sai do lugar, mas o que eu estou falando aqui é algo muito mais específico do que isso; eu reparo que de tempos em tempos os meus interesses, meus processos de pensamento, minhas opiniões, minha cosmovisão, minha atitude perante a vida, meus medos e meus sonhos ficam se repetindo indefinidamente — eles alternam entre si, e alternam bastante, mas sempre se repetem (como se fosse um ciclo). Sinto que, talvez, eu precise superar isso pra então começar a ir pra frente na vida (isto é, os

anos de vida que me restam), preciso me definir internamente de forma fixa, me agarrar nessa nova “identidade” e só assim verei progresso.

- Por outro lado, talvez essa inconstância e esse looping interno sejam parte de um processo natural (seja lá quem ou o que tenha projetado isso), atuando como dialéticas que futuramente levarão à superação dessas contradições e ao surgimento de um novo eu — isso faz bastante sentido quando paro pra pensar que o que as “repetições” do que eu vivencio não são cópias 100% iguais do que vivenciei no passado, porém versões mais atualizadas e “aprimoradas” (se eu aderia a um determinado conjunto de opiniões no passado e aos poucos o abandonei quando percebi certas inconsistências, essas inconsistências terão sido resolvidas ou pelo menos tentativas muito boas de resolvê-las terão sido feitas). Mas talvez isso também esteja errado, de qualquer forma o consenso é que eu preciso superar esse estágio.

- Guardar ressentimento da minha ex passou a fazer parte integral de minha identidade. De início eu busquei reprimir, esconder, aquietar, moderar e adestrar esse sentimento o máximo possível e não me arrependo disso, afinal de contas era tudo muito novo e não dava pra distinguir o que era emoção do momento do que era algo enraizado; mas agora eu posso ver com clareza que isso é o que eu sou e que essa é uma causa a qual me convém abraçar. Muitos poderão dizer que é ridículo não ter superado a ex ainda e nem querer superar, eu entendo quem pensa assim, mas o que importa é que EU não penso assim — pelo menos não mais.

- Minha ex teve um outro ex antes de mim e ele era um rapaz muito problemático e difícil de lidar, mas eu suponho que até ele já tenha superado e esquecido ela. Eu não, eu escolho ser diferente, não vou

esquecer nunca. É como diziam no pós-11 de setembro: never forgive, never forget.

- Minha ex com certeza já se esqueceu de mim porém eu não esqueci nem um pouco dela, é aquela história de que a pessoa que bate não se lembra mas quem apanha fica lembrando pra sempre. Eu faço questão de que em, por exemplo, 2027 eu continue pensando as mesmas coisas e guardando o mesmo sentimento rancoroso de agora, e minha percepção sobre qualquer coisa que vier a acontecer vai continuar a ser moldada por isso. Talvez esse seja um ódio em vão, talvez aconteça algo horrível com ela quando ela menos esperar (não por responsabilidade minha, não planejo qualquer mal contra ela de forma direta) e eu fique sabendo e comemore entusiasmadamente; de qualquer forma, eu abraço tal sentimento.

- É bobagem deixar de colocar a culpa em alguém pela minha tristeza quando claramente há alguém pra ser culpado (minha ex); é claro que ela não é culpada por coisas ruins que vierem a ocorrer comigo, mas ela é responsável por dar origem a toda dor emocional que venho passando constantemente desde o dia 12 de julho de 2023 e provavelmente nunca mais vai acabar. É claro que alguém que esteja observando de fora iria dizer que eu estou sendo injusto, que eu estou sendo egoísta, que ela não é responsável por como eu me sinto, etc; não necessariamente discordo de nada disso, mas pra mim não faz diferença se eu estou certo ou errado de acordo com o padrões externos, o que importa pra mim é que na minha “lógica” interna faz todo sentido jogar a culpa nela e eu tenho toda a justificativa do mundo pra fazer isso. E além disso, não é como se ela fosse um bode expiatório, pois ela DE FATO causou todo isso em mim (independente de ter havido intenção ou não).

- De certa forma me senti um pouco bem ao escrever que dentro da minha lógica interna eu tenho toda prerrogativa pra odiar minha ex e culpa-la pela minha tristeza, fez eu perceber que no final das contas há alguém com quem eu realmente sempre posso contar: eu mesmo.

- O bom de finalmente ter passado na química orgânica (ainda mais tendo passado por esforço próprio) é que agora eu posso ficar mais tranquilo até nos dias em que estou pra baixo, posso me permitir sofrer internamente sem estar com a consciência doendo com o pensamento de que eu deveria estar usando esse tempo pra estudar.

29/02/2024

Estou me sentindo muito esquecido hoje, novamente desanimado e também cheio de memórias da minha ex.

- Eu imagino que a menina com quem eu estava conversando arrumou outro, já que ela parou de falar comigo quase por completo e ao mesmo tempo fica postando um monte de coisas sobre relacionamento nas redes sociais dela (inclusive colocou algo no Twitter sobre não saber beijar de boca, o que me leva a supor que ela beijou alguém recentemente e se atrapalhou um pouco). Isso é chato, ainda mais levando em conta que eu tinha criado expectativas e até mesmo falado dela pra minha família e alguns amigos; mas não tínhamos compromisso, então tudo bem — bom que eu posso me dedicar a pensar só na minha ex outra vez.

02/03/2024

Dou uma risada triste por dentro sempre que alguém me aconselha sobre algo que envolve “pensar no futuro” (se referindo a coisas que vão acontecer daqui uma década ou mais), pois até parece que eu tenho algum motivo pra estar vivo nesse futuro — pra que diabos eu iria querer estar vivo se vou ter virado um idoso? Na verdade até quando outras pessoas falam de seus próprios planos eu já estranho, mas respeito pois elas sabem o que é melhor para a própria vida e se acham que vale a pena estar vivo quando idoso não tenho o que contestar. Eu realmente penso no futuro a curto prazo, coisa de no máximo uns 5–6 anos, pois quero aproveitar bastante o tempo que me resta de vida antes de envelhecer por completo (eu já estou velho, depois dos 23 já é velho, mas o pior da velhice só chega por volta dos 30, então ainda da pra aproveitar um pouco, mesmo não sendo tão bom quanto aproveitar quando se é jovem).

- O meu próximo período na faculdade termina em meados de julho, isso significa que tenho cerca de 120 dias até lá. Estou pensando em buscar meu aprimorar o máximo possível nesses 120 dias (não é exatamente 120, mas 120 é um número simbólico então eu vou falar 120 dias mesmo), me sinto bastante encorajado por ter passado em química orgânica (por esforço próprio) e por isso dessa vez tentarei passar em todas as matérias (e pegar o máximo possível de matérias para fazer, para acelerar o andamento do curso), já estou me preparando desde já e estudando nas férias (algo que nunca fiz antes); além disso, também pretendo dar uma melhorada considerável no meu físico nesse mesmo período de tempo, eu melhorei desde meados do ano passado até agora fazendo um treino bem meia boa e uma dieta desregrada então isso significa que posso melhorar mais ainda fazendo as coisas direito agora (já montei um treino e estratégias pra alimentação e periodização. Eu não gosto dessa conversa de auto-aprimoramento de um modo geral, mas nesse caso estou fazendo as

coisas com um objetivo bem específico e de “curto” prazo, que é estar na minha melhor versão quando eu for tirar minha própria vida (ou ter ela tirada por algo ou alguém); o ruim do auto-aprimoramento é, entre outras coisas, o fato de que você vai envelhecer um dia, então não vale a pena a longo prazo, mas como eu irei morrer antes de envelhecer de vez então vale a pena (pra mim vale, pelo menos).

- Caso eu sofra algum fracasso irremediável que impeça meu auto-aprimoramento e aproveito desses meus últimos anos de vida irei simplesmente me churrascar de uma vez — afinal de contas, o fim último de todos os meus planos e desejos é a morte prematura.

As vezes penso em como pretendo me esforçar tanto para aproveitar no máximo um ou dois anos que me restam de vida (eu tenho cinco anos e meio restantes, a maior parte certamente será de esforço caso tudo corra como eu planejo), porém logo me lembro que a vida é feita para ser curta: “meglio vivere un giorno da leone che cento anni da pecora”.

04/03/2024

- Caso eu alcance meus objetivos de auto-aprimoramento nesses próximos meses pretendo fazer uma cirurgia para a retirada da ginecomastia, eu tinha muito receio de fazer pois achava que o tempo de recuperação era muito longo e com isso eu iria ficar tempo demais sem me exercitar e ficar com o corpo muito flácido (e eu tenho horror a ficar com o corpo flácido — mais flácido do que já é), mas descobri que dura apenas um mês (pelo menos em casos de ginecomastia pequena e com pouca gordura, que é o meu caso). A ginecomastia sempre me afetou bastante e sempre destruiu completamente a harmonia do meu corpo, acabando com minha auto-

imagem (e auto-imagem é algo mais importante do que tudo pra mim, pelo o que da pra notar pelo o que escrevo).

- O que eu planejo e pretendo fazer nesses próximos cinco anos é análogo a uma guerra, e o que eu pretendo fazer nesses próximos 120 dias (aproximadamente) é análogo a uma campanha militar que eu finalmente encontrei o ânimo, recursos e momentum pra realizar graças a uma vitória épica e extraordinária que eu tive conseguindo passar em química orgânica. Gosto de fazer essas analogias.

- Já fiz mais ou menos uma projeção de como as coisas vão ser, vou começar a contar os 120 dias a partir do dia 22 de março de 2024 e eles vão terminar (como já mencionado) no dia 20 de julho de 2024; quando chegar o dia 22 quero já estar "nos trilhos" (em questão de disciplina, cultivo de hábitos, etc) e ter feito todos os preparativos necessários (registrado planos, rotinas, objetivos, lembretes, etc), portanto esses próximos dias serão dedicados a me adaptar. Depois, quando fizer a cirurgia (se eu fizer), pretendo estar livre de novo pra me exercitar até o dia 18 de setembro de 2024, que é 60 dias após o dia 20 de julho e totaliza 180 dias.

- Durante esses 120 dias pretendo não desviar o foco pra mulher, pra roubar, pra dinheiro e nem mesmo pra elaborar planos referentes ao que vou fazer no futuro "distante" (daqui alguns anos, quando quero já estar me preparando parar morrer de forma dramática). Todas essas coisas são importantes pra mim, mas sinto a necessidade de estar estruturado antes de voltar minha atenção pra elas, portanto quero me dedicar a construir essa base nos próximos meses.

- Acabar com a minha própria vida não é apenas uma tentativa de escapar dos problemas, é o meu objetivo existencial. Não importa o que mude na

realidade, morrer cedo continua sendo o melhor destino; a morte é uma certeza pra todos, então faz muito sentido antecipa-la de modo a evitar o envelhecimento (ou seja, a fase da vida que consiste em decadência).

- Eu agora tenho um objetivo de vida supremo e sei exatamente o que ele é: me tornar a melhor versão possível de mim mesmo e então acabar com a minha vida de forma dramática e marcante, pra que aquela versão fique imortalizada e crie-se o simbolismo de que eu ofereci o melhor que eu pude em sacrifício. Creio que agora não ficarei mais frustrado pela incerteza, indeciso sobre quem agradar, o que seguir, etc, ou pelo menos isso diminuirá.

- Eu estava me lembrando de quando a minha ex falava sobre a mãe dela implicar com ela que ela comia muito pouco. Sinto saudades de coisas assim, não só por ser minha ex mas porque me dava um gostinho de adolescência (ainda que eu estivesse vivendo fora de época); falo dessa dinâmica de eu estar namorando uma pessoa que convive com a mãe diariamente, depende dela e há atritos entre as duas, isso me dá uma sensação boa de familiaridade (pois eu não sou muito diferente), sensação essa que eu não vou encontrar mais pois em primeiro lugar já passou demais do tempo pra eu vivenciar isso e em segundo lugar provavelmente não vou mais ter acesso a uma parceira que seja nova o bastante pra estar nessa condição (minha ex tinha 19 na época, já eu 23) — se bem que provavelmente não vou encontrar mais parceira nenhuma, já deixei claro aqui em registros anteriores que eu sou incel.

- O objetivo de por um fim em minha vida é o que me motiva a melhorar, me esforçar, planejar e sonhar com o futuro. Eu só estou traçando projetos como esse dos 120 dias pois eu tenho uma noção específico de quando tudo vai acabar e de quanto tempo eu terei para fazer cada coisa; isso é

incomparavelmente melhor do que a ideia de se auto-aprimorar só “porque sim”, sem nada específico em mente, sem fios soltos e possibilidades infinitas pra me deixarem confuso, frustrado e desencorajado.

- Lembro que em um registro prévio (já faz tempo, foi ano passado) eu cheguei a dizer, de forma avulsa, que “eu sou arte”. Eu estava falando sério, pretendo que minha própria vida seja um trabalho artístico e tenha um final climático; eu sou a minha própria obra-prima.

10/03/2024

- O equilíbrio é uma tendência universal, por isso não devemos hesitar em ser extremistas.

- Fazia tempo que eu não via coisas relacionadas à minha ex aparecendo no Facebook mas hoje de manhã eu vi um comentário dela em uma publicação aleatória, nessa próxima terça feira completa 8 meses de término e eu definitivamente não superei — mas tudo bem, pois de agora em diante eu faço questão de não superar, vai ser uma causa em prol da qual irei viver (uma das).

- Uma constatação positiva que acabei de fazer é a de que posso olhar pra esses últimos meses que vivi e ter a sensação de que eles NÃO foram em vão (algo que não acontece há muito tempo). Foi um período muito emocionalmente conturbado pra mim mas durante o qual eu consegui cumprir/realizar pelo menos alguns objetivos: perdi gordura e fiquei mais atlético, passei em uma matéria difícil (algo inédito em minha vida) e dei início à minha obra (sim, encaro esses registros que faço aqui como uma obra, quero transformar minha própria vida em uma obra de arte e esse é o pontapé inicial). Não é uma época pra qual eu olho e lamento de ter sido

apenas sofrimento gratuito (sem progresso), como é o caso de tantas épocas passadas, e nem uma época na qual eu fui feliz mas foi uma felicidade temporária (durante a qual não construí nada duradouro) e agora me lamento de tudo ter acabado, como é o caso do período em que namorei a minha ex.

- Escrever aqui não é perda de tempo, distração e/ou entretenimento; pelo contrário: é uma das coisas mais importantes que eu faço dentro do propósito de vida que escolhi pra mim. Por isso, preciso passar a encarar a escrita como uma obrigação e parar de enrolar tanto.

11/03/2024

A frequência em que eu enxergo minha ex em tudo diminui um pouco, mas ainda acontece bastante. Agora mesmo aconteceu de eu ver um vídeo onde um cara senta em uma cadeira de rodas pra ilustrar, de modo cômico, a exaustão após um treino intenso na academia e me lembrei na hora de uma foto da minha ex sentada em uma cadeira de rodas e me senti levemente afetado por isso.

12/03/2024

- Hoje finalmente fez 8 meses e não só não superei como estou me sentindo até pior em relação à minha ex, estou pensando nela com mais frequência do que eu vinha pensando nas últimas semanas.

- Saiu a grade de matérias do próximo período e infelizmente só veio quatro, pedi pra acrescentar mais uma porém mesmo se aceitarem ainda ta pouco. Se continuar assim, nesse ritmo só irei me formar com 28–29 (ou seja,

quando já estiver quase morto). Por isso, estou pensando em tentar aprender programação e pegar sério, pois se por um milagre eu conseguir progredir nisso estará sendo uma oportunidade de começar a colocar meus planos em prática antes mesmo de terminar a faculdade; eu já havia pensado anteriormente em tentar aprender programação mas não o fiz pois tinha o problema da procrastinação, então acabei nem começando (só que eu, finalmente, já estou resolvendo esse problema, como pode ser demonstrado com minha aprovação em química orgânica).

- O senso comum diria que já está na hora de eu superar minha ex e seguir em frente, pois já faz oito meses que ocorreu o término; eu, entretanto, penso exatamente o oposto: a hora de superar era no início, quando o meu psicológico ainda não havia sido tão estragado; agora, depois de tudo o que me ocorreu (internamente, mas a dor é real do mesmo jeito), eu faço questão de não esquecer mais. É justamente agora, mais que nunca, que eu devo me forçar a ter bem claro na memória o motivo de eu me sentir assim e tudo de ruim que isso me proporcionou.

- Engraçado, logo hoje (uns dois minutos antes de estar escrevendo isso) abro o feed e dou de cara com alguém compartilhando fotos da minha ex com o atual namorado dela. Não sei se é o mesmo pois parece um pouco diferente, talvez seja o mesmo e ele tenha cortado o cabelo (difícil saber já que o rosto ta censurado); de qualquer forma, da pra ver que é um cara com aparência física melhor do que a minha. Era disso mesmo que eu precisava (não estou sendo sarcástico), não posso esquecer do que aconteceu, por mais triste que me deixe (e está deixando, muito).

- Sempre que estou perto de alguém consideravelmente mais baixo do que eu lembro da minha ex, pois a diferença entre nós dois é de uns 30cm. Na

verdade nem precisa ser uma pessoa, até mesmo objetos como uma vassoura fazem eu me lembrar disso.

- Nem sei como vou fazer pra dormir depois dessa (falo de ter visto fotos dela com outro e nem mesmo saber se é o mesmo cara de antes ou já trocou)

- Parte de mim gostaria que alguém me perguntasse publicamente sobre minha ex e deixasse brecha pra eu deixar bem claro que não superei nem um pouco e continuo sofrendo com isso após oito meses; eu sei que isso só pioraria ainda mais minha imagem e que muita gente iria até zoar, mas não deixa de ser como eu genuinamente me sinto e por isso tenho a necessidade de compartilhar com alguém. Eu não consigo/não posso simplesmente declarar abertamente, do nada, o que eu estou sentindo, preciso de um bom contexto, por isso gostaria que alguém me perguntasse e fosse publicamente.

- É óbvio que a minha ex já se esqueceu de mim, mas há diferentes graus de esquecimento e eu temo a ideia de que com ela arrumando tantos caras (se esse aí realmente for outro) eu fique ainda mais esquecido do que já estou/já penso ser. Eu gostaria de poder fazer alguma coisa marcante que chamasse a atenção dela, nem que seja negativamente; eu sei que pra maioria das pessoas isso parece extremamente patético e que eu não deveria dar importância para o que ela pensa, mas sinceramente não ligo se eu estou sendo patético, esse desejo que eu tenho por ela (pela minha ex) é maior do que qualquer valor que eu dou pra uma suposta "integridade". Eu espero que ela ouça falar muito de mim quando eu realizar meu ritual de apoteose (vou chamar desse nome de agora em diante, pretendo explicar melhor futuramente), nem que seja daqui anos; isso faz eu temer a possibilidade de alguns desses caras com quem ela se envolveu também fazer algo marcante e até nisso eu ser ofuscado.

- Não quero saber de mulher nenhuma, só quero saber da minha ex (mesmo que seja um sentimento negativo).

- Se o cara da foto for o mesmo de antes isso é ruim pois significa que o namoro deles está durando, se é outro também ta ruim pois significa que eu estou sendo só mais um em uma lista crescente de caras com quem ela já se envolveu (e, detalhe, todos mais bonitos do que eu — esse detalhe me dói bastante).

- Engraçado que esse cara com quem a minha ex tá é exatamente um cara com o tipo de aparência física que eu mais invejo e o tipo que mais me deixaria inseguro caso eu namorasse e minha namorada estivesse perto (sim, eu sei que sentir isso é considerado patético, mas é realidade, eu me sinto assim e se negasse estaria mentindo). É como se houvesse um Demiurgo escrevendo o roteiro dessa história com o propósito de tirar sarro da minha cara.

- To com vontade de me matar amanhã, com o método que já mencionei aqui alguns dias atrás (me alcoolizar e cortar a artéria carótida com uma faca); provavelmente não irei, mas não seria uma má ideia. Os outros acham um absurdo jogar a própria vida fora por conta de outra pessoa, mas em meu caso específico eu discordo, pois de qualquer forma não é como se a minha vida tivesse muito valor a ser aproveitado (então não estou jogando nada fora), eu já estou velho e daqui pra frente é só decadência (a única coisa que poderia fazer valer a pena é ter alguém ao meu lado, e a única pessoa que eu desejaria ter ao meu lado é ela) — além do mais, os planos que eu tinha/tenho giram em torno de realizar o suicídio, eu só iria antecipar as coisas.

- Esses acontecimentos apenas mostram que ela tem a possibilidade de arrumar caras muito mais bonitos do que eu (melhores do que eu no geral, mas o que mais me afeta é a questão da beleza física, por isso coloco ênfase) e que morem muito mais perto (e acho que esse foi o motivo dela terminar, deve ter percebido que arranja coisa melhor); isso é uma verdade muito óbvia, mas que machuca bastante toda vez que a vejo sendo evidenciada na prática.

- Eu não vou ter mais ninguém além da minha ex, vou morrer com ela sendo a única (ao mesmo tempo que pra ela fui só mais um). Não digo isso apenas no sentido de "não consigo arrumar maia ninguém" e nem no de "não quero mais ninguém", acho que talvez seja as duas coisas ao mesmo tempo em graus variados; de qualquer forma, encaro isso como uma verdade de agora em diante.

- Estou ansioso, eu gostaria muito de poder agora sair por aí fazendo coisas marcantes pra chamar a atenção de todo mundo (principalmente da minha ex); eu planejo, sim, fazer algo assim (e me matar depois), mas daqui anos e dentro desses anos muita coisa pode mudar e impedir a realização desse meu objetivo.

- Supondo que eu tirasse minha própria vida agora mesmo ou amanhã (e fizesse questão de ter meu suicídio divulgado, incluindo as causas) eu iria sair na história como alguém patético, carente, beta, fraco, etc (alguém digo de pena e/ou ridicularização); mas o importante é que eu iria sair na história de alguma forma e isso já é melhor que o total anonimato.

- A figura da minha ex se projeta em minha mente como um inimigo inexorável e invencível, inimaginavelmente implacável, insuperável, uma verdadeira hidra como poderes que beiram a onipotência.

- Se algum dia eu derrotar a figura da minha ex, seja em que sentido for, terei alcançado o mais próximo do paraíso terreno. Não estou falando de superar ou esquecer (isso eu faço questão de não fazer), falo especificamente de derrotar.

- Sinto um ar deprimente quando vejo as pessoas falando de focarem em si mesmas e irem atrás de auto-desenvolvimento e auto-aprimoramento, pois é algo genérico e sem um objetivo final; de que adianta buscar melhora em todas as áreas da sua vida se muitas delas já estão irremediavelmente arruinadas pelo tempo ou então serão arruinadas futuramente? Se for com um objetivo específico aí tudo bem, mas eu me refiro a quem busca se tornar a melhor versão de si, como se o envelhecimento bio-fisiológico (e de certa forma o cronológico também) não fosse levar isso embora. Eu, por outro lado, tenho um objetivo muito específico, que é estar em minha melhor versão para oferecê-la em sacrifício por meio do auto-extermínio e assim imortaliza-la; sei que isso soa absurdo para a maioria das pessoas, mas pra mim faz todo sentido (e absurdo é o que elas pensam).

- Se pelo menos esses caras que a minha ex fossem mais feios e/ou mais velhos eu não estaria me sentindo tão mal.

13/03/2024

- Quase não dormi pensando nas fotos da minha ex com outro e já acordei mal por conta disso.

- Acho que as únicas coisas que eu desejo agora é que aconteça algo ruim com a minha ex (não que ela morra e nem nada do tipo, digo algo que afetasse o psicológico e auto-estima) ou então que eu pudesse voltar no tempo e fazer as coisas diferentes no relacionamento (não digo no sentido

de tentar fazer evitar que terminasse, digo no sentido de eu sair mais “por cima” na situação). Nenhuma dessas coisas vai acontecer, mas é o único desejo que eu tenho, não quero saber de mais nada e mais ninguém.

- Sendo um pouco mais realista (no sentido de excluir cenários que desafiem as próprias leis da realidade, como viagem no tempo), julgo que o que realmente poderia melhorar minha situação seria acontecer algo ruim com a minha ex que abalasse o psicológico e auto-estima dela, que ela magicamente começasse a sentir saudades de mim (e junto sentisse arrependimento) e que me procurasse mas eu iria rejeita-la e então eu começaria um relacionamento com uma moça mais bonita e melhor que ela no máximo possível de atributos (não por eu realmente desejar outra, é só pra eu me sentir bem e pra gerar ciúmes) — claro que mesmo que isso ocorresse eu ainda iria ter planos de tirar minha vida, afinal de contas esse é o meu objetivo final. Sei que nada disso vai acontecer e que estou sendo extremamente fútil, mesquinho e rancoroso, mas é só isso aí que faria eu me sentir melhor — pronto, falei!

- Hoje vi uma nova atendente no caixa do supermercado cuja beleza me chamou tanto a atenção que até esqueci da minha por alguns minutos (ou talvez não, já que ela tem muitas características físicas em comum com minha ex). Talvez ela não seja tão bonita nos padrões nas outras pessoas mas nos meus é quase perfeita: pele morena/parda, bem magra e esguia, traços finos, cabelo ondulado e lábios carnudos. Aparentemente é novata e parece ser dedicada ao trabalho, pelo o pouco que pude ver. Infelizmente vou ficar só querendo, nem vou alimentar devaneios, mas achei que seria legal relatar isso aqui.

11 DE ABRIL

- Estou de volta, não escrevi nada nas últimas semanas pois quebrei o braço e além disso me distrair/tirar a vontade de escrever por conta do próprio acontecimento em si também me deixou desanimado em ter que fazer o dobro de esforço digitando com apenas uma mão. Muita coisa aconteceu nos dias seguintes ao meu último registro (incluindo a quebra do braço), vou mencionar tudo mas deixo pra falar com mais detalhes amanhã (estou registrando isso durante a noite do dia 11 de abril de 2024, são por volta de nove e meia): dia 12 eu acabei vendo fotos da minha ex com o atual dela e isso fez eu ter uma recaída pesada (isso foi registrado na época), dia 14 alguém fez uma postagem perguntando sobre o que tinha acontecido em nosso relacionamento e eu aproveitei pra insinuar nos comentários que ela me traiu (e me trocou por pura conveniência), dia 15 minha ex veio no pv indignada (aparentemente viu meu comentário) dizer que terminou comigo porque eu tinha atitude de beta e era acomodado e outras coisas mais que eu não cheguei a ler por simplesmente arquivei as mensagens sem visualizar, dia 17 a menina com quem eu tava conversando semanas atrás mas havia se afastado falou que achava melhor cortar o contato de vez pois ela já estava interessada em alguém da cidade dela (eu aceitei numa boa, não cheguei a ficar mal com isso pois não senti por ela nem um décimo do que senti por minha ex), dia 18 chegou uma nova maritaca aqui em casa (a Taquinha, agora volto a ter 4 aves) e dia 20 eu quebrei o braço na região do úmero após um dos lados da barra de supino na academia cair em cima dele.

12 DE ABRIL

- Considero que minha ex ter vindo me atacar (pois as palavras dela deixaram bem claro que a intenção era me rebaixar) no privado foi uma pequena vitória pois eu planejei essa reação da parte dela: pedi para um

aleatório mencionar o meu perfil nas publicação sobre eu e ela (relatei isso ontem), como se estivesse me mostrando o que aconteceu e pedindo minha opinião, de modo que eu pudesse expressar o que eu queria (insinuar que ela me traiu, que ela é mau caráter, etc; pois eu sei que ter essa fama a deixa irritada, ela talvez até negue mas fica nítido que ela se incomoda) sem parecer que eu estava procurando briga — e eu sabia que ela ia ver. Como também já disse ontem, arquivei as mensagens dela sem visualizar e isso também é parte do plano pois agora tenho um pretexto pra entrar em contato com ela quando eu quiser (irei fingir que só vi a mensagem naquela hora e estou respondendo espontaneamente) e tenho tempo indeterminado para elaborar uma boa resposta; entretanto, o tempo indeterminado não só me possibilita elaborar uma boa resposta como também melhorar minha vida em determinados aspectos durante esse período de espera, pois as mensagens dela estavam basicamente dizendo que ela me largou porque eu sou um fracassado, e eu pretendo consertar pelo menos parte desses "fracassos" até lá só pra poder esfregar na cara dela. Sei que parece pouca coisa e que estou sendo mesquinho, mas pra mim significa muita coisa, eu odeio a minha ex e desejo tudo do pior pra ela.

13 DE ABRIL

- Em 2022 a Chiquinha (maritaca) fugiu e chegou o Tuco (calopsita), em 2023 a Loura (maritaca) morreu e chegou a Tataca (maritaca), em 2024 (logo nos primeiros dias) o Pipito (calopsita) fugiu e chegou a Taquinha (Maritaca). Já é o terceiro ano consecutivo em que o número de aves cai pra três e logo depois volta a subir pra quatro.

- Se eu realmente não conseguir superar, pretendo assassinar a minha ex de uma forma bem dolorosa. Eu sei que já disse anteriormente não gostar dessa ideia por eu pensar que morrer jovem é uma dádiva, que eu vou estar dando a vitória a ela, que eu vou sujar minha imagem mais ainda (isso eu acho que não falei, mas devo ter pensado), etc; mas eu mudei de ideia pois me dei conta de que ela provavelmente é alguém que gosta de estar viva e tem planos para o futuro, então tirar a vida dela não vai ser nada legal (da perspectiva dela). Sei que é considerado errado e desproporcional ao que ela me fez, mas eu não estou nem aí, pra mim (pro meu senso interno de “moral”) faz todo sentido e é isso que me basta — aliás, eu já abandonei completamente conceitos como moral e ética, vou explicar mais sobre isso logo mais (se trata de mais uma mudança interna considerável pela qual estou passando). Além do mais, eu só pretendo fazer isso caso eu realmente não a supere, se eu genuinamente superar tudo irei apenas esquecer essa ideia; acontece que eu não gosto da ideia de eu continuar triste e ela estar bem, então a minha saída pra isso é fazer com que, pelo menos, tanto eu quanto ela fiquemos mal — é como uma medida de “emergência”, tal qual o suicídio.

- Só pra ficar registrado, eu quebrei o braço no supino da academia, eu havia acabado de terminar a minha segunda série de 10 repetições com 26kg de cada lado e consegui encaixar normalmente um lado da barra mas o outro (o direito) não encaixou certo e eu soltei sem ver, de modo que ela caiu na minha mão e fraturou o meu úmero pouco acima do cotovelo. Não sei exatamente o motivo de eu estar falando isso já que é algo que eu obviamente não irei esquecer, mas que seja.

- Estive pensando sobre os 120 dias (obviamente o meu projeto original teve de ser alterado por conta da fratura, mas não é disso que eu quero falar aqui) e refleti sobre como é um período de tempo em que tudo pode mudar

(principalmente quando falamos de mudanças internas). Peguei o dia 22 de novembro de 2022 (o primeiro dia em que falei com minha ex) e comparei com a minha situação 120 dias depois dessa data e é incrível o quanto as coisas haviam mudado e eu estava me sentindo diferente em questão de opiniões, atitude, perspectiva, planos, experiências, etc (não vou entrar em detalhes para não me prolongar muito, mas eu sei exatamente do que eu estou falando), daí coloquei mais 120 dias em cima disso e vi mais mudanças e transformações ainda (no caso, pra pior, já que foi a conta minha ex terminar comigo, entre outras coisas) — interessante que se eu continuar adicionando 120 dias cumulativamente partindo de 22/11/2022 eu chego no dia 16 de março, que seria o início do período de 120 dias atual, e realmente muita coisa mudou desde o dia 16 até agora mesmo não tendo passado nem um mês ainda. Enfim, isso me deixa otimista pois mostra que 120 dias é tempo o bastante pra mudar pra melhor, que os maus momentos não serão duradouros e também me encoraja a persistir nas coisas que eu inicio (pois percebi que desanimo de muitas delas antes de sequer dar 120 dias — ou seja, preciso começar a ter uma perspectiva de futuro mais concreta).

- Desde o início de março (mês passado) e aumentei bastante o meu consumo regular de ovos e carne vermelha (principalmente carne vermelha), notei que me sinto muito mais estável e tranquilo psicologicamente agora do que estava antes. Claro que há muitos outros fatores que podem explicar isso, como eu ter começado a ir bem na faculdade (aliás, o novo período teve início recentemente mas já entrou em greve — por um lado fico incomodado pois significa que vai demorar mais ainda pra eu terminar, por outro fico alegre já que estudar com um dos braços quebrados é mais difícil e terei mais tempo de recuperação), mas pode ter a ver também já que vitamina b12 está associada à saúde mental.

14 DE ABRIL

- Já desisti completamente da ideia de ter um relacionamento com mulher e dessa vez é pra valer, é algo que já estou sentindo internamente; muitas outras vezes, no passado, eu cheguei a pensar o mesmo, mas não era genuíno pois no subconsciente eu continuava a alimentar esperanças, idealizações, desejos, etc. Também passei a evitar ver qualquer coisa e/ou participar de/escutar qualquer conversa sobre relacionamento entre homem e mulher pois esse tipo de assunto me faz muito mal; está sendo ótimo ignorar essas coisas por algumas semanas, me sinto melhor quando não penso nessa esfera da vida.

- Além de já ter desistido pra valer da ideia de me relacionar com mulheres eu também já assimilei internamente a ideia de que elas sentem desprezo e/ou odeiam a imensa maioria dos homens e que isso me inclui. Assim como no caso anterior, eu já havia pensado isso muitas outras vezes anteriormente mas não era genuíno, agora é; eu já não espero mais qualquer tipo de compaixão ou empatia do sexo feminino, não alimento mais a esperança (ainda que fosse uma esperança inconsciente) de encontrar qualquer mulher que vá me dar afeto (e nem estou falando necessariamente de afeto emocional, também incluo aqui atração física genuína, igual o tipo de atração que um homem sente quando vê uma “gostosa” passando na rua — eu não espero que nenhuma mulher sinta isso por mim, é isso que estou dizendo) e me proporcionar coisas boas no geral (afinal de contas, eu sou homem e elas desprezam a grande maioria dos homens). Sempre que vejo algum homem comum qualquer (ou seja, um homem que não tenha aparência impecável, principalmente se for um cara mais velho — e por “velho” quero dizer acima de uns 23–25 anos) já me vem automaticamente o pensamento de que nenhuma mulher sente

atração por ele e que a maioria das mulheres despreza a existência dele. As mulheres sentem atração verdadeira, espontânea e visceral apenas por caras jovens e de aparência quase impecável, ou então por outras mulheres (tenho a impressão de que a grande maioria das mulheres é bissexual e que muitas gostam muito mais de outras mulheres do que de homens, exceto se forem homens da minoria supracitada). Talvez essa minha percepção esteja distorcida, mas é bom que eu a tenha mesmo assim pois ela já me deixa preparado para os piores cenários.

- Hoje vi uma notificação de atividade da minha ex no Instagram e como eu não suporto nem ver a cara dela fui lá deletar a notificação, o problema é que eu acabei clicando pra entrar no perfil dela e por alguns segundos tive que ver as fotos daquela víbora, fechei logo mas foi o bastante pra eu quase sentir ânsia de vômito e os meus batimentos acelerarem. Odeio aquela vagabunda, gostaria de ver o rosto dela sendo desfigurado por ácido (de certa forma acho gostoso poder expressar ódio livremente contra ela sem ter um peso na consciência, mesmo sabendo que é "desproporcional").

- Estava olhando o calendário e me dei conta que foi exatamente (quase) dois anos atrás que eu fiz minha primeira prova de química orgânica (e fui mal, obviamente), foi aí que o meu drama com as notas começou (e se Deus quiser já terminou, tendo em vista minha recente aprovação e o fato de eu finalmente ter começado a conseguir estudar de verdade). Olhando assim até parece que foi mais tempo, o que é bom pois mostra que o tempo pode passar devagar também (e quando o tempo passa devagar a oportunidade de aproveita-lo produtivamente é maior).

- Vi algo relacionado ao filme "500 Dias Com Ela" e ao invés de me remeter à minha ex isso me fez refletir sobre o quão longo um período de 500 dias é, então eu peguei a data em que conversei com ela pela primeira vez (22 de

novembro de 2022) e adicionei 500: o resultado foi dia 5 de abril de 2024, apenas dez dias atrás. Percebo que 500 dias pode ser tempo pra caramba, pois muita coisa mudou e se transformou entre 22/11/2022 e 05/04/2024 (e tinha espaço pra mais mudanças e transformações ainda); se pegar a data atual e colocar outros 500 dias (ou seja, um período de tempo imenso) vai chegar em meados de 2025, eu nem vou ter completado 26 ainda, isso me encoraja bastante a continuar fazendo as mudanças necessárias agora pra que minha vida esteja boa nesse futuro relativamente próximo (pois tudo indica que isso é tempo o bastante pra consertar o que tiver de ser consertado).

- Não posso relaxar de vez agora que quebrei o braço e não estou relaxando. Obviamente tive que deixar de fazer muitas coisas, mas já estou buscando fazer algumas pequenas coisas só pra não sair completamente do ritmo. O bom é que fazer as coisas com apenas uma mão está bem mais difícil e isso significa que a minha recuperação vai fazer tudo parecer mais fácil pra mim (e isso vai melhorar minha produtividade e me encorajar a ir atrás de meus objetivos).

15 DE ABRIL

- Hoje falta exatamente 222 dias para completar 500 dias que minha ex terminou comigo (“500 Dias Sem Ela” haw haw haw). Esse é um número bem aesthetic, então achei legal deixar isso registrado.

- Eu sinto como eu não fosse uma única pessoa mas uma nação inteira. Eu sou composto por inúmeras pessoas diferentes e é a essas pessoas que eu devo o mais alto grau de satisfação e mais ninguém, são elas que validam o que eu faço e decidem o meu certo e o meu errado.

- Estou novamente em um daqueles períodos de libido alta, mas dessa vez tem algo diferente: as mulheres/meninas que eu vejo pessoalmente estão chamando muito mais a atenção do que normalmente chamavam em momentos assim (sinto que antes essa alta da libido era mais voltada pra imaginação). Acho até bom que as aulas estejam canceladas por conta da greve porque eu estava chegando a salivar só de olhar pras meninas da faculdade (não todas, claro, mas boa parte delas — qualquer menina nova que não tenha certas defeitos específicos na aparência já me chama a atenção); por um lado, isso é bom pois indica virilidade e saúde, por outro é ruim já que eu não quero mais saber de mulher (então, ter que lidar com esse desejo pode acabar virando uma tortura — não que antes eu me relacionasse com meninas, a única que me relacionei foi minha ex, mas pelo menos eu não prestava tanta atenção nelas).
- Comecei a jogar fora fatias de pão integral pra fingir que estou comendo (é pra limitar um pouco o consumo de carboidratos em certos dias) e não estou sentindo nenhum peso na consciência com isso, se trata de um sinal da mudança interna de crenças e valores pela qual passei recentemente e sobre a qual falarei logo mais — não que antes eu fosse hesitar muito em jogar comida fora, mas o sentimento de culpa estaria ali.

16 DE ABRIL

- Acordei sentindo uma leve tristeza em relação à minha ex, estava lembrando de alguns momentos específicos, uns detalhes bobos, etc. Esse final de semana irá completar um ano que eu fui no Rio conhecer a família dela.

- Semana passada fez 9 meses que minha ex terminou comigo, se fosse uma gravidez o bebê já teria nascido.

- Eu estava me lembrando dela sentada ao meu lado no sofá aqui de casa e olhando pra mim com um sorriso, como se ela estivesse muito encantada só em me ver. Doi lembrar disso.

- O que me revolta não é necessariamente ela terminar, na verdade acho que eu e ela temos muito pouco em comum (ao contrário do que eu pensava na época); o que me revolta foi ela ter fingido que gostava de mim e que tínhamos tudo pra dar certo (sendo que o tempo mostrou que não). Ela fez eu sentir que alguém realmente gostava de mim (e quando digo “gostar” não estou falando do mesmo tipo de “gostar” que uma família, por exemplo, da), me deixou muito seguro e confiante nisso (não que eu tenha abusado dessa segurança, muito pelo contrário) só pra no final acabar com tudo e me jogar lá embaixo — isso não se faz (na verdade, se faz, sim, não quero ser moralista; mas a minha intenção aqui não é dizer que ela está objetivamente errada, é apenas um modo de falar que me sinto indignado com essa situação).

- Se eu tivesse arrumado outra menina talvez já teria esquecido quase toda essa história, o problema é que eu não arrumei e nem vou arrumar, é algo fora das possibilidades — sempre foi, eu ter namorado minha ex foi uma anomalia. Isso tornar o que ela fez ainda pior (no meu ver pessoal, pelo menos), ela sabia que eu não vivo esse tipo de experiência naturalmente (é algo que tava bem claro desde o início), me proporcionou essas experiências por alguns meses e então de repente terminou com tudo; ela, por ser mulher, consegue facilmente arrumar outra pessoa (e conseguiu), na verdade até alguns caras conseguiriam arrumar um outro alguém se estivessem na mesma situação, mas eu não sou um deles.

- Por muito tempo, mesmo após o término, eu pensei diferente, mas agora posso dizer convicto que gostaria de nunca ter tido esse relacionamento com a minha ex. Foi “bom” no sentido de ter me proporcionado emoções fortes (incluindo as emoções negativas após o término — mais pra frente falarei minha “filosofia” em relação a isso, mas basicamente considero que é bom vivenciar qualquer emoção forte pois o sentido da vida é esse, e só fracassa quem fica na monotonia), mas pelo menos por agora eu não acho que isso compense.

- Estar pensando nessas coisas de 120 dias, projetos, metas, prazos, etc me faz refletir sobre o quão rápido eu alterno entre os períodos de animação e os de angústia, tristeza, desânimo, pessimismo, etc; essa é uma reflexão importante a se ter pois nos maus momentos eu devo ter em mente que eles irão acabar logo e que por isso eu devo continuar investindo em coisas que irão me dar retorno quando os momentos bons voltarem (e quanto mais eu investir maiores e mais intensos serão esses períodos bons, e vice-versa).

- Engraçado eu ter parado quase completamente de falar em me matar, mas tem um motivo: quero de alguma forma me vingar da minha ex e não vou descansar até lá. Quando comecei a escrever esse diário eu ainda tinha a visão de que o culpado era eu, que ela não me devia nada, que ela era melhor que eu, blablabla; não mais, agora o meu sentimento em relação a ela é de um rancor intenso e tomei por objetivo não deixar que esse seja um sentimento em vão. É óbvio que o ódio e o rancor fazem mal pra quem os sente, mas eu (e digo isso por experiência própria) continuaria mal independente de cultiva-los ou não — pelo menos cultivando-os eu posso contar com a chance de que não serei o único a sofrer (essa vagabunda não perde por esperar, nem que seja daqui cinco anos).

17 DE ABRIL

- Quanto mais velho eu fico piores são as chances de um relacionamento porque as mulheres da minha idade já começam a exigir um monte de coisa (trabalho, patrimônio, postura, responsabilidade, experiência, etc) e eu não tenho nada disso a oferecer (ainda que tivesse, não é esse tipo de dinâmica que eu gostaria de viver), minha mente é a de um adolescente ainda apesar de eu já estar bem velho (um adolescente desajustado e tímido). As mais novas não ligariam tanto pra essas coisas, mas ligariam bastante pra aparência (eu gosto da minha mas ela não agrada ao sexo feminino) e idade e com certeza nem me veriam como opção já que podem se relacionar com caras mais novos e de melhor aparência (e muitas vezes a aparência deles é melhor justamente por serem mais novos) — na verdade, as mais velhas e da minha idade também devem preferir esses rapazes (mais novos), mas entre as novas essa preferência é muito mais forte. Por isso, acho bom estar perdendo as expectativas (perdendo pra valer, internamente).

- Outra vez estou me sentindo velho demais e com a sensação de que não há mais futuro (o futuro já está no passado). São momentos assim que preciso aprender a mitigar e colocar na cabeça que são temporários, pra que mesmo durante eles eu continue a investir no que me beneficie (não que a percepção de eu estar velho demais esteja errada, mas ainda há algumas coisas que eu quero viver — além do mais, ultimamente venho percebendo que em certas perspectivas isso não é um problema tão grande, falo mais disso daqui a pouco).

- Não acabou, nada acabou, tudo é contínuo e parte de um mesmo fluxo universal. O fim absoluto só irá ser alcançado quando a dialética cósmica

chegar em seu apogeu e todas as possibilidades tiverem sido exploradas e vividas.

- Hoje uns tios meus vieram aqui em casa e já fazia muito tempo que vinham (eles moram em Belo Horizonte, 100km daqui, então as visitas costumavam ser frequentes); só de ver visita chegando eu já tive flashbacks da minha ex e fiquei pra baixo, mas o pior mesmo foi quando minha tia começou a perguntar sobre umas fotos e decorações que estavam em cima da mesa da televisão e logo do lado estava o bordado das calopsitas que a minha ex fez pra mim. Felizmente não perguntaram nada, mas seria insuportável se perguntassem e eu tivesse que explicar (isso da minha ex é um assunto muito sensível pra mim, detesto sequer menciona-la verbalmente).

8 Anos Depois: Um Manifesto (versão pessoal)

Em março de 2016, pouco mais de oito anos atrás, eu tive (como já relatado anteriormente) uma espécie de “crise” existencial, durante a qual fui tomado por pensamentos e (principalmente) sentimentos de que nada tem um sentido, de que tudo é raso e efêmero e não existe nada além de matéria e energia (basicamente niilismo com um viés pessimista); após cerca de uma semana sendo torturado por tais ideias eu tive uma epifania que mudou tudo, percebi que há pelo menos uma coisa que inegavelmente existe e está fora desse mundo: a consciência.

Consciência, senciência, qualia, etc, há vários nomes para esse fenômeno mas o conceito é o mesmo; sim, eu sei que o que provoca e proporciona a consciência são estruturas materiais (o sistema nervoso, o cérebro, neurotransmissores, impulsos elétricos, etc), mas a sensação em si continua sendo algo fora da matéria; e, sim, eu também sei que inúmeros outros

pensadores chegaram na mesma conclusão anteriormente, mas eu não estou aqui dizendo que eu fui o único a ser “iluminado” por essa “revelação”, apenas relatando o impacto que isso teve sobre mim.

Continuando, eu imediatamente elaborei uma nova cosmologia baseada no que eu havia acabado de pensar, segundo a qual ,segundo a qual há um mundo imaterial “perfeito” (e, sim, eu também já sei que esse conceito já foi pensado milhares de anos antes de eu sequer nascer) que gerou o nosso mundo imaterial e enviou as “almas” (que seriam as responsáveis pela consciência) para cá de modo que elas coletassem experiências/vivências/sensações possíveis apenas em um mundo material imperfeito (ou seja, experiências que envolvem a dialética entre o alto e o baixo, a dor e o prazer, etc) e as enviassem para o mundo imaterial de modo a enriquecê-lo (é como um pacto colonial, no qual o mundo imaterial é a metrópole, o mundo material é a terra a ser colonizada, nós somos os colonos e o que vivenciamos aqui são os recursos coletados da colônia a serem enviados para a metrópole; nossa consciência é o que liga um mundo ao outro).

O grande problema é que a influência do Cristianismo sobre a minha psiquê acabou degenerando gradualmente essa revelação que tive e eventualmente eu a abandonei. Primeiramente, uma conclusão adicional que eu tive imediatamente após elaborar tal linha de pensamento foi a de que há forças nesse mundo (a quem eu de cara associei com “elites liberais”, “globalistas”, “sionistas”, etc) contrárias ao mundo imaterial que buscam criar uma utopia na Terra, diminuindo o máximo o sofrimento e os perigos e elevando ao máximo o prazer e a segurança, de modo a criar um estado de monotonia generalizada e assim arruinar completamente a vivência de emoções proporcionadas pelo mundo material (utopia essa que eu associava diretamente ao universo da obra

“Admirável Mundo Novo”, com seu uso de drogas do prazer, sua sexualidade irrestrita, seu hedonismo, sua superficialidade, etc).

A ideia era que emoções e vivências significativas, de qualidade, são geradas apenas por meio de uma dialética entre prazer e dor (gozo e sofrimento, alegria e sofrimento, etc), então um mundo onde a dor e o esforço fossem abolidos destruiria todo o propósito do universo; em um primeiro olhar essa ideia faz todo o sentido (e realmente faz), o problema é que por influência do Cristianismo e de ideologias conservadoras eu acabei associando desnecessariamente quase todo tipo de prazer e progresso com essa suposta conspiração, principalmente o prazer sexual (a minha ideia na época era a de que a sexualidade irrestrita, sexo casual, pornografia, “sex positivity”, a revolução sexual, etc eram as principais ferramentas usadas na criação dessa utopia monótona). Não demorou nem um ano e eu já estava me “re-convertendo” ao Cristianismo (está entre aspas pois é controverso pra mim o que pode ser considerado Cristianismo ou não, mas a influência cristã no pensamento é inegável; pra contextualizar melhor, eu era “cristão” até o final de 2013, passei 2014 sendo descrente, me “reconverti” no início de 2015, voltei a descrer em meados do mesmo ano e continuei assim até o início de 2017 — foi nesse último período que eu tive tal revelação).

E há problemas graves tanto no Cristianismo quanto nessa narrativa “anti-prazer”; no Cristianismo em particular há dois principais problemas, sendo um com as crenças em si e outro com as consequências práticas das mesmas na psiquê: o primeiro é que a fé cristã se baseia inteiramente na ideia de existe “certo” e “errado” (afinal de contas, tudo gira em torno de Jesus Cristo nos salvar de nossos pecados — ou seja, do “errado”), sendo que ao fazermos uma análise fria e rigorosa da realidade percebemos que não há nenhuma evidência de esses conceitos existem por conta própria, apenas como construtos

humanos (ao contrário de prazer e dor, que existem de forma objetiva e inegável); o segundo é que ao oferecer uma cosmologia já pronta (e de certa forma até pobre) o Cristianismo limita a imaginação e o potencial criativo do ser humano (ideias interessantes como reencarnação e multiverso, por exemplo, não encontram lugar dentro do Cristianismo pois não se encaixam dentro da cosmologia do mesmo). Já o problema em ser “anti-prazer” é o simples fato de que o prazer também é uma sensação tal qual a dor, ele não é um gerador de monotonia; o que gera monotonia é a inação e a ausência de intensidade.

Chegando aos dias atuais, recentemente tive outra epifania igual a de 2016 (não tão intensa quanto porém até mais iluminadora), no dia 11 de abril de 2024; chego basicamente na mesma conclusão que cheguei oito anos atrás (vide o título), mas dessa vez não deixarei crenças moralistas (sejam cristãs ou humanistas) degenerarem o meu processo de iluminação. É isso que eu tinha pra falar, essa foi a grande mudança pela qual eu passei, esse é o meu manifesto!

Dei-me conta de que o universo tende sempre ao equilíbrio, tanto em escala macro quanto microcósmica, e é o conflito entre a nossa Vontade (conceito sobre o qual já falei antes) e essa lei do equilíbrio que faz as coisas acontecerem e proporciona experiências a serem vividas — esse processo de acontecimentos contínuos eu chamo de Fluxo e a minha filosofia eu batizo de fluxismo.

O “sentido” da vida é participar do Fluxo e contribuir para a sua intensificação, fazemos isso ao sentir qualquer coisa ou causarmos coisas aos outros ou ao universo e quanto mais intenso for o sentimento ou sensação maior será a contribuição — e isso se aplica a todos os sentimentos, seja medo, orgulho,

euforia, tristeza, angústia, dor, agonia, sadismo, paixão, etc; tanto o mais lindo ato de amor ao próximo quanto o mais perverso ato de depravação irão contribuir para com o Fluxo pois ambos envolvem a intensidade da sensação.

Não existe ética, não existe moral, não existe certo e errado, não existe valores que não sejam relativos e humanamente construídos, só existem prazer, dor, ação, inação, a alma e o Fluxo.

Sim, abandonei o Cristianismo de vez e pretendo descristianizar a minha psiquê o máximo possível daqui pra frente, não por eu passar a ver a fé cristã como uma força do mal ou qualquer coisa do tipo (isso seria trocar seis por meia dúzia, seria apenas a ideologia anti-prazer com o sinal trocado) mas por ser prejudicial a mim em um nível pessoal. Falarei mais disso e de todo o resto em detalhes nos relatos que virei a fazer daqui pra frente (os relatos que já faço regularmente nesse diário; inclusive, apenas separei um espaço unicamente dedicado a falar dessa minha mudança pois é algo realmente muito importante e extraordinário pra mim), não quero me estender muito nesse texto.

Concluo que finalmente estou em harmonia mental com o universo e agora tudo está se encaixando pra mim, mais do que nunca estou determinado a cumprir meu objetivo de fazer algo marcante e impactante no futuro (dentro de uns cinco anos), dando um final climático para minha vida.

(Esse manifesto é destinado apenas para a minha própria leitura por agora, pretendo futuramente escrever uma versão “para o público”).

“Tutto è buono quando è eccessivo”

18 DE ABRIL

- Escrevi ontem um texto relatando minha transformação interna e postei no Medium, de agora em diante farei referências constantes ao mesmo nos meus registros.

- Por agora eu não pretendo contar pra ninguém minha mudança de crenças, nem mesmo pros mais próximos, continuarei dizendo que sou cristão e com as mesmas crenças que antes — isso se perguntarem, pois no geral irei simplesmente evitar o assunto. Não quero passar a impressão de que sou “fogo de palha” ou qualquer coisa do tipo.

- Se há deuses, na forma de entidades individuais, eu não sei (pode ser que sim, pode ser que não), mas não pretendo cultuar nenhum deles. A única coisa que eu tenho certeza de existir é o Fluxo e é nele que está a minha fé.

- Meu símbolo é o 13:31

19 DE ABRIL

- A psicóloga sugeriu que eu tivesse depressão e talvez devesse tentar tomar algum remédio (outro que não seja a venlafaxina, que eu tomei em 2022 e não cheguei a notar diferença). Tendo a concordar com ela quanto a eu ter depressão, mas de jeito nenhum vou começar a tomar remédio.

20 DE ABRIL

- Como 2024 é um ano bissexto, hoje está fazendo exatamente um ano que eu fui no Rio conhecer a família da minha ex. Uma hora dessas (meio dia) eu e ela estávamos nos pegando na área da casa dela. Engraçado que ao

mesmo tempo que a memória está bem nítida também parece ter sido há muito tempo.

- Se não me engano, já disse aqui anteriormente que não gosto da sensação de algo grandioso estar prestes a ocorrer pois essa seria uma sensação supostamente enganosa (e que todo mundo tem esse tipo de sensação pois todo mundo erroneamente se crê especial e tem "síndrome do protagonista"). Mudei de ideia, eu agora abraço tal sentimento, não é porque 999.999 pessoas a cada um milhão vivem uma vida medíocre e monótona do início ao fim que eu também devo viver; se eu tenho a sensação de que algo grandioso vai ocorrer é porque vai, garantirei que vai, não agora mas daqui alguns anos — e se não der certo, então morrerei tentando (o que já é, em si, grandioso).

21 DE ABRIL

- Isso aqui começou como uma carta de suicídio, depois virou diário e agora pretendo que seja a obra da minha vida.
- Most men who resent women do so out of a feeling of superiority or an adherence to traditional gender roles (they think modern women fail in performing their role and that's a problem). Not me, I resent women because they are over-privileged and therefore dangerous, they have an unthinkable level of power to hurt and get away with it due their social privilege; that's the only reason, if there was no such disparity in social privilege between the sexes I would have no resentment.
- Acho incrível que eu já tenha feito sexo (sim, eu transei com a minha ex, acho que não mencionei isso antes) pois apesar de ser algo que fiz tarde em relação às outras pessoas não é como se eu não estivesse atrasado em

todas as outras áreas da minha vida também. E eu continuo atrasado em todas as outras áreas até hoje, então é notável que pelo menos sexo eu tenha conseguido fazer apesar de todo o resto (não sei o que pensar disso, por um lado considero as relações físicas como uma experiência extremamente importante, por outro eu gostaria de não ter conhecido minha ex).

- Life has but one meaning: to wreak havoc

- O início da atual guerra entre Israel e o Hamas foi contemporâneo ao início desses registros e de todas as transformações internas que eles me proporcionaram. Querendo ou não, esse conflito acaba por se tornar algo marcante na minha vida (já sinto até nostalgia haw haw).

- O que vivenciamos não é a realidade em si mas apenas a nossa percepção da mesma (a leitura feita pela mente), então não há nenhuma diferença intrínseca entre o que é considerado real e o que é considerado imaginário. Portanto, a atividade criativa também se faz algo que contribui para com o Fluxo (talvez até mais que certas ações do “mundo real”), as sensações, experiências, aventuras, dramas e emoções proporcionadas por cenários criados em nossas mentes são tão válidas quanto as da “realidade”; considero que tudo que é criado pela mente humana (histórias, conceitos, narrativas, etc) se faz real como egrégora, ainda que contradiga criações feitas pela mente de outras pessoas (ou mesmo pela mente da mesma pessoa). Quem elabora histórias e cenários com a imaginação está contribuindo com o fluxo da mesma forma que a pessoa que as realiza no mundo “real” (o que não significa que não devamos abandonar a ação no mundo real, apenas que tudo é válido).

- Vi que a minha ex desativou o perfil com o qual ela me mandou aquelas mensagens me rebaixando mês passado, talvez isso me impeça de responde-la quando chegar a hora mas tudo bem, eu vou dar outro jeito.

- Indivíduos não existem, não há nada em mim que seja fundamentalmente "eu", sou apenas uma combinação de diversas coisas e nenhuma delas é única a mim (o problema do barco de Teseu ilustra muito bem essa questão, assim como a "bundle theory" do Hume); somos todos parte do Fluxo e é por isso que não existe bem ou mal como absolutos. Entretanto, isso não significa que devamos abrir mão do ego e de ter uma identidade, muito pelo contrário: a busca pela satisfação do ego e a construção de uma identidade (sendo essa última também parte do processo criativo mencionado em um registro anterior, e portanto uma egrégora e uma contribuição para o Fluxo) são uma das principais coisas que mantém o Fluxo em movimento, são ferramentas da Vontade e um ideal pelo o qual viver (sim, engrandecer o próprio ego é um ideal tão nobre quanto qualquer outro).

- Eu posso não existir de fato como indivíduo, mas a identidade que eu construo pra mim existe pois todas as coisas que a mente cria são coisas que existem (caso contrário a mente não iria cria-las, pois toda a realidade é apenas a percepção criada por nossa mente); portanto, dedicar sua vida ao próprio ego não é uma ilusão, muito pelo contrário: você estará construindo algo duradouro no mundo das ideias.

- Minha ex é uma vagabunda, eu a odeio e ver qualquer coisa referente a ela estraga o meu dia. Desejo todo sofrimento possível pra ela, desgraçada.

- Whatever one can imagine becomes real, because reality is in the mind and there is no actual intrinsical distinction between what is perceived as real

and what is perceived as imaginary; but imagination can only stem from reality, and this is the reason why life exists. All humans and every living being with the gift of consciousness have come into existence with the purpose of building a higher universe through our perception, our senses, thoughts, feelings and experiences; everything we do — or, rather, everything we feel — in this life becomes eternal. Both the most compassionate display of love for one's neighbor and the most wicked depravity conceivable by the human mind contribute equally to the Fluxus; for the Fluxus knows no good and evil, just action and inaction, emotion and dullness — and even the most repulsive sets of emotion (hatred, suffering, despair, sadness, sadistic ideations, among several others) are better than nothing or even moderation, because feeling is superior to not feeling and all things are good when in excess.

- Tirando casos de violência física (assassinato, agressão, est***o, etc) ou chantagem (coisa tipo espalhar fotos/vídeos íntimos), a mulher nunca é a vítima da história. É impossível que a mulher seja vítima pois mulheres são absurdamente privilegiadas; não existe isso de homem fazer "violência psicológica" e ser manipulador, fazer isso é especialidade do sexo feminino, e se um homem tentar fazer igual a mulher pode simplesmente trocar ele por outro em dois segundos (já a maioria dos homens não tem a opção de trocar a mulher por outra); além disso, qualquer coisa que a mulher fizer sempre vai ter muito mais apoio da sociedade do que teria se a mesma coisa fosse feita por um homem.

- Eu (assim como tantas outras pessoas) sinto necessidade de vivenciar um relacionamento porque pra maioria das pessoas essa é uma das experiências que proporciona as mais fortes das emoções, e passar por fortes emoções contribui para o Fluxo. Ter sido iluminado pela doutrina fluxista recentemente jogou luz em toda essa situação pois explica o motivo

de eu ter esse desejo e oferece alternativas (há muitas outras fontes de emoções intensas além de relacionamentos — apesar de cada uma delas ser única e uma coisa não substituir a outra por completo) sem diminuir a importância do mesmo (dizendo que é algo efêmero, fútil, superficial, etc igual tantas filosofias por aí o fazem).

- A Metrópole (o universo "lá de cima", a dimensão das ideias, o mundo das ideias, etc) criou a vida nesse plano de existência para que as experiências vivenciadas pelos seres viventes enriquecessem a Metrópole (já que, como já falado anteriormente, as emoções são possíveis apenas em um universo imperfeito e permita a oscilação entre sentimentos bons e maus — e essa dialética é o que chamo de Fluxo). Minha teoria é que a Metrópole guiou a evolução dos seres vivos até resultar nos seres humanos, pois a vivência humana (devido a nossas capacidades intelectuais e emocionais muito mais elevadas e refinadas) proporciona uma riqueza muito maior de experiências, e que muitos eventos na história foram resultado direto de intervenção "celestial" (no sentido de ser obra da Metrópole) com o intuito de criar acontecimentos dramáticos, grandiosos e impactantes; figuras como Maomé, Napoleão e Adolf Hitler podem ter sido agentes da Metrópole (de uma forma ou de outra) enviados para movimentar e acelerar o Fluxo.

- Vou passar a relatar certos eventos (aleatórios ou não) do meu dia só pra quando eu reler esses registros eu ter alguma coisa que me puxe memórias do dia em questão e eu possa me situar melhor; pretendo fazer isso diariamente mas nada muito formal, não vou anunciar que estou fazendo isso e também a quantidade de eventos registrados não será fixa (alguns dias posso registrar uns dez eventos diferentes, outros só um). Aqui vai alguns: hoje o pastor da igreja estava pregando sobre sua conversão e disse que na época pensou em como o cara que o levou pra igreja era chato por causa da insistência, isso me lembrou de uma expressão usada

por um cliente do meu pai ontem, a expressão “pelassaco” (o meu pai havia levado os filhos desse cliente no terraço pra mostrar as maritacas pra ele); hoje terminei de assistir a Lista de Schindler, filme que comecei ontem (eu havia assistido pela primeira vez entre 2017 e 2018, assisti uma parte em novembro de 2017 e o resto em agosto de 2018).

- Evito mencionar o nome da minha ex pois não quero que o corretor do celular (e é no celular que escrevo a maioria das coisas) fique acostumado ao nome dessa vagaba (como já disse, tudo ligado a ela me faz mal).

22/04/2024

- Nesse último sábado, dia 20, eu pedalei a bicicleta ergométrica e consegui chegar pela primeira vez em 190 batimentos por minuto.

- Nessa hora, há exatamente um ano, eu e minha ex estávamos prestes a ter que contar pros meus pais que ela veio escondida pra me ver em janeiro daquele ano.

- Acabo de completar 16 horas de jejum, fiz minha última refeição cerca de cinco da tarde de ontem e agora já é nove da manhã. Semana passada fiz um de 15 horas, esse de agora é o mais longo que já fiz.

- Estou sem vontade de fazer registros hoje (o que é muito normal, geralmente só tenho disposição de fazer vários registros espontaneamente uma vez por semana), mas o importante é registrar alguma coisa.

- Recentemente tive a ideia de redesignar minhas postagens de “haw haw haw” em um formato de questões de prova e eu achei isso muito legal pois eu gosto dessas postagens e agora tenho como encontra-las facilmente

para salva-las já que todas terão palavras chave como “CORREÇÃO”, “NOTA” ou “QUESTÃO”.

- Hoje eu assisti dois episódios de Band of Brothers, eu havia começado a assistir essa série uma vez em 2013 mas nunca passei do segundo episódio.

- Meu braço está recuperando até rápido, já não estou usando a tipoia dentro de casa e consigo usa-lo pra lavar pratos, colocar o lixo pra fora, ajudar a fazer o almoço, etc.

- Mesmo aqui sendo um espaço exclusivo pra mim ainda assim há coisas que eu simplesmente não consigo expressar, me da agonia só de tentar colocar em palavras e eu sinto um peso de julgamento mesmo sabendo que ninguém está observando.

- A atual era da minha vida começou dia 16 de janeiro de 2020 e eu pretendo morrer antes de completar 30 anos (ou seja, dia 13 de setembro de 2029 será meu último possível dia), fiz umas contas aqui e descobri que o “midpoint” entre as duas datas será no dia 14 de novembro de 2024 (ou seja, esse ano agora). Já disse que pretendo melhorar minha vida “por fora” (eu sei do que, exatamente, eu estou falando) até 2026 e realmente pretendo me ater a isso; mas em conjunto a isso decidi que também pretendo me transformar por dentro de forma permanente até chegar essa data do “midpoint”.

23/04/2024

- Ontem meu pai falou de ir em Belo Horizonte comprar alguma coisa e eu acabei dizendo que “sim” sem pensar muito mas hoje não quis ir e ele ficou

chateado com isso porque talvez fosse precisar da minha ajuda (só relatando isso por ser mais um daqueles eventos diários que vou usar pra me situar no contexto de cada dia).

- Eu ainda vou matar alguém (de preferência mais do que só “alguém”, muito mais), se não for pra eu marcar vidas alheias sendo alguém querido, amado, desejado, etc então vai ser por ser alvo de ódio, ressentimento, a causa de tristeza, dor, sofrimento, etc — mas eu vou marcar, de uma forma ou de outra.
- O lado bom de ocorrer inconveniências e acontecimentos estressantes é que eles me distraem totalmente de pensamentos sexuais, o que é benéfico pois pensar em mulheres e relacionamentos me deixa triste e frustrado.

24/04/2024

- Hoje eu assobiei a música da Pantera Cor de Rosa pro Tuco ele tentou assobiar também (apesar de não ter assobiado a mesma música). Com o tempo ele talvez aprenda.
- Hoje fui com meu pai na casa de uma senhora tirar umas medidas pra um guarda roupa que ela quer, o projeto parece bem grande.

25/04/2024

- Dessa vez fiz um jejum de 18 horas, mas acho que não foi uma ideia tão boa já que agora estou sentindo sintomas de gripe.
- De algumas semanas pra cá eu, por algum motivo, comecei a achar a maioria das mulheres novas que eu vejo no dia-a-dia muito atraentes e isso

é uma sensação horrível; inclusive, achei bom terem iniciado a greve pq tava sendo uma tortura ir na faculdade e ter que ver aquele monte de novinha gostosa. Pensando bem aqui, não seria nada mal ir viver em um monastério (é só modo de falar, é óbvio que eu não iria querer viver em um monastério já que há tantas outras privações, eu estava me referindo a não ter mulher lá).

26/04/2024

- Hoje eu corrigi as palavras de um contrato pro meu pai (contrato para a construção de um guarda roupa, o da senhora da Rua Amazonas).
- Ultimamente o Facebook passou a me mostrar memórias do ano passado (criei esse atual Facebook no final de março de 2023) e muitas delas mencionam a minha ex, mas felizmente elas não estão me fazendo sentir mal.

27/04/2024

- Hoje eu encontrei um amigo no supermercado que também quebrou o braço na academia e ele estava com a cicatriz da cirurgia bem exposta (ainda bem que eu não tive que passar pelo mesmo). Hoje eu também ajudei meu pai a fazer o plano de corte para o novo projeto de guarda roupa.
- Pouco antes de quebrar o braço eu lembro que eu estava pensando em como estar traçando planos e projetos só valeria a pena se eu aprendesse a ser flexível, pois muitos imprevistos e atrasos poderiam vir a ocorrer. Foi bom eu ter pensado isso, porque o imprevisto ocorreu.

28/04/2024

- Ontem realizei o meu primeiro furto após quebrar o braço, foi uma daquelas bebidas proteicas (250ml e 25g de proteína). Aconteceu no supermercado aqui perto de casa.

- Eu não acreditava na ideia de que é preciso fazer certas coisas e abrir mão de outras pra poder ir pro Céu (salvação por obras), apenas fé e nada mais (nem mesmo obediência); o grande problema é que ter a fé já é abrir mão do mais importante, que é o seu imaginário, afinal de contas ao colocar sua fé em um determinado sistema de crenças você se fecha pra todas as outras possibilidades e isso te limita bastante (o que não é um problema pra quem não é introspectivo e não gosta de pensar e deixar os pensamentos divagar por aí explorando todos os cenários e hipóteses possíveis, mas pra mim certamente é — e foi). Talvez pareça besteira pras outras pessoas, mas ter na cabeça a ideia de que todas as respostas do Universo já são conhecidas e que todo novo conhecimento obtido deve se encaixar ali é uma sensação muito frustrante e que de certa forma acaba afetando outras áreas da minha vida negativamente — sem falar que as respostas e a "lore" do Cristianismo ainda por cima são relativamente rasas e pobres. Basicamente o Cristianismo (e qualquer outra religião que se preze — ou seja, que não seja algo vago e aberto, tornando-se praticamente indistinguível do resto) leva ao suicídio da Vontade — não que isso em si o torne inválido, o que o torna inválido é o fato de "bem" e "mal" não existirem de forma objetiva; mas, uma vez estabelecido que o Cristianismo é inválido, o que foi descrito acima o torna também maléfico (digo maléfico PRA MIM, não pras outras pessoas ou pra sociedade no geral).

- Eu poderia começar a estudar filosofia seriamente já que os assuntos abordados aqui têm muito a ver com o pensamento de autores como Hegel, Nietzsche, Hume, etc; mas não farei isso pois simplesmente tenho preguiça — além do mais, o meu tempo aqui na Terra é bem limitado (já que eu não quero viver mais do que 30 anos), então faço melhor focando em outras coisas.

- Acho que eu realmente tenho depressão, andei refletindo sobre isso ultimamente e ontem até escrevi um texto analisando como isso moldou minha vida nos últimos anos; entretanto, essa é uma depressão que tem causas concretas e externas a mim, que se fossem solucionadas levariam ao seu fim (falo isso por experiência própria), não algum desequilíbrio químico no cérebro. Se eu já estivesse independente e com a vida nos trilhos não haveria nenhuma depressão, pois o que me coloca pra baixo e me desencoraja é o sentimento de que sou inferior e inválido — mas assim que os fatores que provocam esse sentimento e inferioridade e invalidez forem removidos o meu problema está resolvido.

- Não me julgo mais inteligente do que as outras pessoas, mas creio convictamente que eu tenho mais profundidade emocional que a grande maioria e que isso (nesse sentido em específico) me torna especial. Eu sinto as coisas mais profundamente, eu enxergo as situações por diversos ângulos, eu tenho uma série de nuances entre diferentes emoções, etc. E se não for o caso, eu pelo menos tenho a capacidade de expressar isso em palavras, coisa que definitivamente poucos têm.

- Um outro problema com o Cristianismo é que ele (assim como diversas outras religiões, ideologias, sistemas morais, filosofias, etc) se baseia em uma série de crenças pré-estabelecidas sobre (afinal de contas, sempre pode surgir novas informações que contradigam o que o Cristianismo já

disse anteriormente que é verdade); quando isso acontece, você pode ou mudar sua crença (seja deixando de crer ou modificando-a até ela se tornar algo diferente e heterodoxo) ou então entrar em um estado de negação, eu sempre escolhia entrar em negação (caso contrário eu logicamente teria deixado de crer há muito tempo) e a negação pode ser suportável e até gostosa em um primeiro momento mas com o tempo ela te desgasta emocionalmente e intelectualmente. Entretanto, não estou falando disso para criticar o Cristianismo em si mas para abordar o quanto isso é/foi um problema pra mim próprio, pois ao adotar a fé cristã eu automaticamente adotava a “responsabilidade” intelectual e emocional/psicológica de me ater a essas determinadas crenças e defendê-las quando ocorresse qualquer coisa que as invalidasse, e isso é negativo pois eu estou basicamente criando pontos fracos/desestabilizadores no meu psicológico que simplesmente não estariam ali se eu não tivesse tal crença (como eu já disse antes, se agarrar a tais crenças quando elas são desafiadas pela realidade é algo que pode ser muito gostoso no momento da euforia mas no longo prazo é desgastante e creio que pra mim foi um fator importante em me frustrar e me colocar pra baixo); é análogo a estar em um relacionamento, pois é uma situação em que você se coloca na posição de ser futuramente afetado por decepções, abandono, traição, brigas, desprezo, etc (coisas às quais um solteiro não está sujeito) — não que eu esteja criticando ter crenças ou se relacionar, na verdade ambas as coisas são benéficas para o Fluxo pois geram emoções intensas; só estou apontando que também há esse lado de criar pontos fracos/desestabilizadores no seu emocional que não existiam previamente). Agora, que já me transformei internamente adotei o fluxismo, eu ainda continuo vulnerável emocionalmente a muitas coisas, porém menos do que eu era quando me agarrava na crença cristã.

- Tenho certeza que o principal motivo que levou à minha conversão no início de 2023 foi o meu gosto por negatividade, pois foi assistindo as pregações do Pastor Steven Anderson que eu tive a vontade de fazer essa decisão e eu só comecei a assistir as pregações dele foi elas são bem pesadas (não é atoa que chamam de “hard preaching”), principalmente em relação a homossexuais. Negatividade é gostoso, pensar em punição divina e imaginar coisas e pessoas como sendo depravados e demoníacos é algo muito excitante e que me provoca bastante euforia; aliás, eu não me arrependo nem um pouco disso em específico, não acredito em “certo” e “errado” portanto não acho que foi “errado” eu ter pensamentos “odiosos” e dissemina-los (foi é bom, pois o ódio é uma sensação intensa e excitante). O problema veio depois desse momento inicial, quando eu passei a ter de lidar com outras partes da crença que não envolvem essa negatividade intensa — e eu aceitei tudo muito bem, mas no fundo eu sentia que algo estava “fora do lugar” e aos poucos fui me desgastando (como relatei no registro anterior). Mas, como eu já disse e vou repetir, adorei esse período de “ódio” e negatividade e não me arrependo nem um pouco — o meu erro foi ter ficado morno (algo inevitável com a adoção de crenças bíblicas) ao invés de começar a sentir ainda mais ódio e negatividade.

- Hoje eu vim na marcenaria com meu pai, ele e o rapaz que trabalha com ele já começaram a fazer os cortes do guarda-roupa pra senhora da rua Amazonas.

- Eu estou novamente me sentindo melancólico por conta da minha ex, é só um pouco mas incomoda. Também estou sentindo um pouco de ansiedade, porque eu tenho muita vontade de algum dia ter a oportunidade de fazer mal pra ela; só isso que vai me satisfazer, acontecer algo bem ruim pra ela e de preferência eu ser o responsável (engraçado que antes eu dizia não

desejar mal pra ela, depois comecei a desejar mas sem ser eu o responsável e agora eu até gostaria de ser o responsável).

29/04/2024

- The sexual act is not limited to a pleasurable activity and a reproductive tool, it's an expression of the Will and something that makes you one with the Fluxus.

- Eu com certeza ainda quero morrer, não gosto nem um pouco da ideia de envelhecer, porém não penso mais nisso de forma recorrente igual eu pensava alguns meses atrás e nem penso em fazer isso pelos próximos anos (pelo contrário, estou cheio de ideias e projetos para o futuro imediato, alguns dos quais já coloquei em prática); a última vez que pensei em suicídio como uma possibilidade real foi em meados de fevereiro, antes de fazer aquela prova de química orgânica que me rendeu aprovação na matéria, desde então não fico mais me perguntando como deve ser a sensação de morrer, não fico me interessando por casos de pessoas que tiraram suas próprias vidas, não fico pensando em como dentro alguns meses não vou estar mais aqui, não fico imaginando métodos de auto-extermínio e nem como seria a reação das pessoas, etc. De um modo geral, já me sinto uma pessoa bastante diferente do que eu comecei a escrever esse diário (quase 200 dias atrás).

- É gostoso eu agora poder me dar a liberdade de sentir ódio do sexo feminino (e especificamente da minha ex).

- Reparo que os momentos em que estou me sentindo mais "tolerante" e cheio de "compaixão pelo próximo" (e geralmente mais aberto a ideias consideradas "progressistas" — apesar de nem sempre ser o caso) são

justamente os momentos em que eu estou mais fraco psicologicamente, eu provavelmente fico com um medo subconsciente intenso de sofrer coisas ruins que acontecem aos outros (e com “outros” eu me refiro aos grupos considerados mais “fracos” e “vulneráveis”) e isso faz com que eu deseje o bem deles. Não é atoa que os momentos em que estou cheios de pensamentos “tóxicos” e “odiosos” são justamente os momentos em que eu estou me sentindo bem, pois é apenas nos momentos que estou psicologicamente seguro que posso me dar ao luxo de senti-los sem ter um medo irracional de ser julgado por sei lá quem e/ou estar sendo “hipócrita”. Ou seja, não é uma compaixão genuína, é apenas covardia.

- Creio que relutei em deixar logo o Cristianismo porque não gostava da ideia de admitir que “foi tudo uma mentira”, que eu estava errado, que foi só fogo de palha, que não foi genuíno, que eu mudo toda hora, etc; mas isso é uma besteira, nós devemos mudar conforme as circunstâncias vão mudando, saber se adaptar às mudanças é um sinal de inteligência e não motivo de vergonha.

- Ontem vi um cara dizendo que se arrepende de ter causado danos emocionais pra meninas com quem ele se relacionou (no sentido de ter tratado mal, tido atitudes consideradas “babacas”, etc). Isso é até bonito da parte dele, mas não pude deixar de pensar em como é algo em vão visto que mulheres são incapazes de sofrer emocionalmente (por conta de homem/relacionamento, pelo menos). Não sei se é por serem socialmente privilegiadas (muito privilegiadas), se é porque algo no cérebro delas é diferente ou uma combinação de ambas as coisas, mas a questão é que elas não sofrem; tentar “agredir”/machucar uma mulher emocionalmente é igual tentar dar facada em uma pedra, porque elas não sentem nada. E mesmo que sentissem (não sentem), elas odeiam/desprezam uns 95% dos homens, estão em posição de fazer mal pra eles (por conta do privilégio

social) e frequentemente o fazem se for algo que convém — então mesmo nesse caso ainda não haveria problema, pois seria apenas “dar o troco” pelo o que elas fazem.

- Hoje pensei em comprar um novo cabo hdmi para o meu Play 4 mas desisti.

30/04/24

- Lembro que em julho de 2019 eu tava jogando Red Dead 2 no ps4 e aí me veio a ideia de sequestrar um npc fêmea (eu estava assistindo muitos documentários sobre serial killers na época, a ideia era emular), levar pra um lugar isolado e churrascar (já que o jogo não permite fazer muita coisa além disso); até aí tudo bem, mas enquanto eu fazia isso acabei percebendo que eu fiquei duraço e toquei uma ali na hora mesmo (fazia semanas que eu não tocava uma), daí repeti várias vezes com outras NPCs e comecei até a fantasiar com isso kkkkkkk pior que eu nunca fui de gostar dessas coisas, fui pego de surpresa.

01/05/24

- Venho reparando que apesar de não estar calor também não ta frio, sendo que nessa época do ano geralmente começa a fazer frio aqui onde moro (três anos atrás um tio meu havia acabado de morrer e tava sendo enterrado e eu lembro que o frio que tava fazendo era considerável); fui procurar nas notícias e vi que ta acontecendo uma onda de calor aqui na região sudeste do Brasil. Que merda, e pelo visto a tendência é a situação piorar nos próximos anos.

- Acho que já cheguei em um ponto no qual não só não estou querendo me matar como também posso dizer que me arrependeria caso eu tivesse me matado ano passado. No início eu queria me matar, depois comecei a alternar entre querer me matar e não querer me matar mas também não fazer questão de estar vivo e agora eu genuinamente comecei a gostar de estar vivo e tenho uma perspectiva para o futuro próximo (MAS, claro, continuo pensando que não vale a pena viver muito além dos 30 — pelo menos pra mim, pessoalmente).

- Hoje eu fiquei curioso sobre a data de aniversário do Chris Chan e vi que é 24 de fevereiro, agora pouco entrei no perfil de um aleatório no Twitter por motivo nenhum e na bio estava dizendo que o aniversário dele também é em 24 de fevereiro.

- Eu odeio muito a minha ex, nunca vou esquecer, continuo pensando nisso todos os dias. Essa história ainda não acabou, eu vou garantir que não.

- Sinto ódio da minha ex, se por um acaso quebrar o meu braço novamente fizesse ela quebrar os dois dela eu aceitava.

02/05/24

- Sinto que voltei a enxergar minha ex nas coisas com um pouco mais de frequência do que eu vinha enxergando ultimamente. Odeio ela.

- Hoje meu pai veio contar que o pai de um amigo dele faleceu semana passado por perda de sangue após tropeçar em cima de uma motosserra ligada e ter o braço cortado. E pensar que ano passado eu estava planejando me churrascar de maneira não muito diferente…

- Eu não quero esquecer minha ex, eu quero é que ela pegue um câncer ou coisa pior.

03/05/24

- No final do ano passado o clima estava quente e chuvoso e isso me deixava mal pois lembrava da época em que eu e ela nos conhecemos, agora o clima já deu uma esfriada e isso me lembra da época em que o relacionamento entrou em decadência (não sei se isso é bom ou ruim)

- Se eu pudesse escolher entre eu encontrar uma nova parceira e ser feliz com ela mas não ocorrer nada de ruim com a minha ex ou continuar sozinho mas a vida da minha ex se transformar em um inferno eu escolho a segunda opção.

- Acabo de, mais uma vez, me deparar com um comentário da minha ex em uma postagem aleatória (o comentário era aleatório também). Isso me faz um mal tremendo, me causa muitas sensações negativas, eu a odeio.

- Hoje eu estou de novo com sintomas de gripe — na verdade desde ontem de tarde eu já tava, nem consegui dormir direito.

04/05/24

- Hoje eu acordei um pouco melhor dos sintomas da gripe mas ainda não to 100%.

- Ultimamente, estou indo na marcenaria sempre que posso e hoje eu fui de novo. Estou fazendo isso em grande parte por conta da minha ex, pois nas mensagens que ela mandou aparentemente me xingando (eu só vi as

notificações, não sei o conteúdo completo) ela disse algo sobre eu “não trabalhar”, então vou começar a trabalhar só pra quando eu for respondê-la eu poder dizer que ela está mentindo.

05/05/24

- Acho que um fator que pode ter contribuído bastante pra decadência do meu relacionamento com a minha ex foi o fato de que eu inicialmente estava tomando venfalaxina mas pouco mais de dois meses antes do término eu diminuí a dose (após pedir ao médico) e isso (esse período do desmame) muito provavelmente mexeu com o meu psicológico e me deixou mais “lerdo” e com baixa auto-estima (não vou entrar em detalhes por preguiça mas eu lembro bem do que eu estou falando), o que por sua vez gerou em muitos comportamentos que segundo minha ex fizeram ela perder a atração por mim. Penso que essa teoria faz bastante sentido, pois me lembro dela começando a ficar distante só depois desse período de desmame ter se iniciado; não que isso “justifique” (e nem deixe de justificar) as atitudes dela, continua tendo raiva e ressentimento do mesmo jeito (como já devo ter relatado antes, eu não dou a mínima pra quem tava certo ou errado, quem tava ou deixou de estar com a razão, quem foi ou não foi vítima, etc; a questão é que essa experiência me machucou bastante e por isso — só por isso — eu tenho raiva dela, simples assim).
- Hoje eu voltei a ter os sintomas e tive que ficar o dia todo em casa. Tive febre.

06/05/24

- Acordei com febre outra vez, dessa vez mais de 38, não lembro se cheguei a mencionar antes mas to achando que é dengue. Também estou me sentindo meio depressivo hoje, mas acho que é por conta de eu não dormir direito faz dias (graças ao mal estar).

- Posso dizer por experiência própria que o emocional realmente é capaz de moldar toda sua forma de ver o mundo e inclusive determinar o que você entende como verdades objetivas/factuais. Eu sou primariamente alguém controlado pelas emoções, em cada época eu estou com um ponto de vista diferente sobre as coisas não por necessariamente ter descoberto algo novo mas simplesmente porque o meu emocional se transformou; não que isso seja de todo ruim, essas oscilações têm um grande potencial de contribuição para o Fluxo.

- Eventos que estão em alta no meu feed: show da Madonna, enchente no Rio Grande do Sul e um negócio das mulheres escolherem topar com um urso no mato do que com um homem

07/05/24

- Ontem fui ao hospital e confirmei que realmente estou com dengue. Hoje eu já estou me sentindo melhor, creio que em grande parte devido a eu ter dormido bem depois de tantos dias.

08/05/24

- Hoje eu bati uma (na verdade três) após 54 dias sem bater (o meu “recorde” anterior foi de 52 dias, em 2018); eu não estava batendo simplesmente

porque não dava muita vontade, além de que faz tempo que masturbação deixou de ter graça pra mim.

09/05/24

- Os sintomas mais fortes já sumiram (dor, febre, cabeça pesada, etc), mas continuo sentindo uma moleza e indisposição muito fortes e também ando sem vontade de fazer nada sem ver graça em nada (engraçado que ontem eu dormi até muito bem).

10/05/24

- Acordei novamente com aquela moleza, ta chato ficar assim.
- Eu queria não sentir mais atração por mulher, já que pra mim elas são cobras (principalmente a minha ex). Engraçado que a mente de muitas já não funciona exatamente assim, elas não acham que o homem sentir atração por elas anule o ódio (pelo contrário, faz elas ficarem ainda mais apreensivas por acharem que isso vai resultar em assédio, estupro, etc — coisas as quais elas também vêem como demonstração de ódio); no meu ver isso é pura bobabem, objetificação sexual não é ódio, você pode objetificar alguém sexualmente APESAR de odiar a pessoa mas a objetificação vai em sentido contrário ao ódio (os homens em geral adorariam ser "objetificiados" pelas mulheres, mas só uma minoria bem restrita o é). Por isso, eu gostaria francamente de não sentir tesão por mulher, não quero dar a elas essa "honra" nem mesmo internamente.
- Já que o homem feio (ou não necessariamente feio, pode ser "na média" também, o que importa é não ser bonito "o suficiente" pra agradar o sexo

oposto) não vai chamar atenção nenhuma e ser esquecido mesmo, a ele convém muito ser uma pessoa horrível com as mulheres (sacanear, agredir, assediar, difamar, etc) pra que elas o lembrem nem que seja uma lembrança de nojo, ódio, medo e trauma (ainda é melhor do que ser totalmente esquecido e passar a vida em branco). Não estou fazendo uma mera observação passiva, eu acho que os homens indesejáveis (me incluo neles) deviam ativamente começar a ter esse tipo de atitude (pelos motivos supracitados).

- A minha ex é igual todas as outras, imagino que na cabeça dela ela se enxergue como diferente e talvez até superior às outras mulheres (lembro que não era incomum ela falar mal de meninas que ela via como "vagabundas") mas no final ela é exatamente o mesmo tipo de víbora que toda mulher é, se há diferença é uma de grau. Entretanto, as outras mulheres não fizeram eu me sentir mal e ela fez, então meu ódio ainda é direcionado especificamente a ela.
- Eu odeio as mulheres e o sexo feminino e desejo todas as desgraças pra elas, tudo por serem do mesmo sexo que a minha ex e eu odiar a minha ex. Reconheço que não há nenhum motivo racional e/ou justificativa moral pra eu pensar assim mas eu escolho pensar assim de qualquer forma.

11/05/24

- Eu ando enxergando a minha ex em todo lugar (no sentido de que tudo está lembrando dela), queria tanto receber a notícia de que ela pegou um câncer ou fico paralítica. Hoje mais cedo eu imaginei como seria pegar pela de surpresa enquanto ela entra na própria casa e esfaquea-la, e enquanto eu dava as facadas iria perguntar se ela se lembra de mim (ia ser impagável a

cara de surpresa dela, porque ela nunca iria imaginar que eu fosse fazer algo assim).

- A sensação no momento é uma de irritabilidade, não estou sentindo nenhuma dor de cabeça mas tudo parece chato e sem graça e eu não estou com vontade de fazer nada, qualquer coisinha (até mesmo lembranças) me irrita.

- Não posso ficar uma hora longe de distrações que eu já começo a pensar nela descontroladamente (isso porque já faz dez meses que terminou).

- Estou voltando a pensar nela cada vez mais e de forma cada vez mais intensa, tudo está lembrando dela mais uma vez; parece até que eu voltei pra agosto ou outubro do ano passado — isso não acaba nunca.

12/05/24

- Hoje completa 10 meses e está impossível, estou quase tendo falta de ar de tão mal que eu estou por conta dela, só cheguei a ficar mal nesse nível em alguns dias específicos de agosto, outubro e novembro do ano passado; estou pensando nela praticamente o tempo todo e cada lembrança/pensamento é uma facada. Me pergunto se eu ter pego dengue está influenciando nisso.

- A sensação que eu tenho é parecida com a de que nada é real mas ainda não chega a ser exatamente isso; tudo parece estranho e “fora do lugar”, além de frustrante, é igual a sensação que você tem quando um relacionamento decadente está lentamente chegando ao fim inevitável (só que aplicado à realidade como um todo).

- Tudo tão estranho, eu sinto que eu nem deveria estar vivo, não só eu como também as pessoas ao meu redor; não sei explicar, mas tudo parece tão “fora do lugar”. Me dá até vontade de pegar uma faca e matar toda minha família (aproveitar que meu irmão e a namorada dele estão aqui hoje, então vai totalizar) e depois me matar, mas fazer isso iria me impedir pra sempre de ter a oportunidade de torturar e matar minha ex, então está fora de cogitação. Esse tipo de pensamento (o de assassinar familiares e pessoas próximas, não a sensação de que está tudo errado) não é algo que me ocorre com frequência, apesar de já ter ocorrido algumas poucas vezes na adolescência.

- Na verdade a própria região onde eu vivo me passa uma sensação de que as coisas estão “fora do lugar”, de que aqui não é um lugar “válido”, de que aqui não tem “alma”; o leitor provavelmente não vai entender do que eu estou falando mas eu vou (quando reler esses registros). Abomino a cidade de Mariana e seus habitantes (incluindo eu próprio), abomino a região dos Inconfidentes e abomino o estado de Minas Gerais.

- Minha definição pessoal (que, admito, é diferente da definição encontrada nos dicionários) do termo “moralismo” é qualquer afirmação, opinião ou ideia na qual esteja implícita uma “lição de moral”; e esse é um comportamento muito mais comum e universal entre os seres humanos do que se imagina. Por exemplo, um professor que vira pro aluno que está precisando de nota em sua matéria e o diz que ele deveria ter se esforçado e estudado desde o início está sendo moralista (de acordo com a minha definição), pois na fala dele está implícita a lição de moral de que o trabalho duro compensa e que a preguiça dá maus frutos (e que não é possível burlar essa “lei/regra/princípio”). “Mas esse professor não está errado”, talvez não esteja mesmo, mas nem todo moralismo vai estar necessariamente errado, o que vai defini-lo como moralismo é a presença

de uma narrativa com lição de moral, só isso. Porém, frequentemente o ponto de vista moralista vai, sim, estar errado, já que o moralismo se mostra como uma tentativa de impor ordem e princípios/leis universais a uma realidade caótica; nesse caso do professor, por exemplo, bastaria um aluno passar na tal matéria sem ter feito esforço nenhum que toda narrativa moralista vai por água abaixo, uma vez que está provado que a relação entre trabalho duro (estudo) e resultado (boas notas) não é uma verdade objetiva, que há maneiras de burlar esse "princípio". Estou dando um exemplo acadêmico mas isso se aplica a inúmeras outras coisas; na internet eu vejo o moralismo muito presente quando se discute relacionamentos, principalmente na ideia de que "o cara precisa sair de casa e investir em si mesmo ao invés de ficar se lamentando", estando aqui implícita a mesma lição de moral de que o trabalho vai gerar recompensa (e que isso é algo positivo e que deve ser abraçado) — sendo que pode muito bem haver casos onde "o cara" não investe em si mesmo, só reclama e mesmo assim "consegue alguma coisa" e vice-versa (porque a realidade é caótica mesmo, mas as pessoas — até mesmo as que se pensam "esclarecidas" — se recusam a se desapegar da ideia de que há princípios universais regulando tudo; eu próprio não sou imune a isso). Ironicamente, também é possível ser moralista tentando justamente ser anti-moralista, pois quem sai por aí dizendo que o mundo é dos espertos, que o homem é o lobo do homem, que não existe justiça, que o que impera é a lei do mais forte, etc também está — querendo ou não — pregando uma "lição de moral"; nesse caso, a lição aqui é a de que devemos "saber nos impor" ou qualquer coisa do gênero, o que não deixa de ser moralismo também (um moralismo de sinal trocado). Basicamente toda narrativa/ideia/opinião que se levada às suas últimas consequências vai resultar em algum princípio (geralmente alguma "sabedoria" popular) como "os humilhados serão exaltados", "o mundo é dos espertos", "o crime não compensa", "você colhe

o que semeou”, etc é moralismo. (Eu diria que um dos maiores moralistas que eu já vi aqui na internet é o tal do Ernane Carreira; não posso afirmar isso com certeza pois conheço muito pouco dele, mas o pouco que já vi passa exatamente essa impressão).

13/05/24

- Hoje eu acordei agonizando bem de leve por conta da minha ex, voltaram os dias em que acordar de manhã havia se tornado um sacrifício (por causa dela). Nesse momento, o que mais especificamente me aflige é saber que os momentos que eu tive com ela não vão voltar mais e que provavelmente eu não vou viver mais nada do tipo, ficou tudo em um pedacinho do passado.

- Pra minha ex é fácil simplesmente terminar tudo, ela (igual todas as mulheres e uma minoria dos homens) consegue arranjar outro relacionamento dentro das preferências dela com facilidade; já eu, não. Isso é um grande problema, é por isso que eu acho que seria melhor eu nunca ter namorado; e ela deixou tudo ainda pior ao me dar tanta esperança de algo duradouro no início (em grande parte, é por isso que eu a odeio).

- Voltei a me masturbar recentemente mas já vou logo parando, porque a masturbação faz eu ter flashbacks de quando a gente transava e também me leva a me perguntar como deve ser a transa entre ela e o atual. Acho que vou me masturbar só mais hoje e só pra conferir o estado do meu sêmen (o volume, opacidade, textura, etc).

- Até o rapaz que namorava minha ex antes de mim (muito mais problemático do que eu e a quem ela desprezava), com quem o relacionamento durou quase um ano e meio, aparentemente já superou mais rápido pois dentro

de um ano de término ele já conseguiu arrumar outra (e olha que ele parecia mais incapaz do que eu), e eu nada (sendo que já passou mais de dez meses).

- É nessas horas que é importante ter em mente o longo prazo, porque eu novamente estou sentindo vontade de desistir de tudo porém agora não há nenhuma razão concreta pra isso (minha situação na faculdade melhorou, por exemplo), está tudo na minha cabeça (pensamentos negativos provocados por ela, a minha ex). Preciso continuar tendo em mente o meu projeto de que 2026 (e, em menor grau, também 2025) seja um ano bom em que vou colher os frutos do que estou construindo agora e que esse mau momento é temporário.

- Eu devo ser, atualmente, a pessoa que mais odeia a minha ex no mundo (visto que, como mencionado antes, até mesmo aquele outro ex aparentemente já a superou).

- Eu queria tanto ter a oportunidade de algum dia canalizar contra a minha ex todo o ódio e ressentimento que eu venho sentindo por ela durante todo esse tempo, nem que eu tenha que esperar uns 2 ou 3 anos pra isso.

- Um dia eu ainda vou pegar a minha ex de surpresa e ela vai se dar conta do tamanho do mal que ela me fez. Quando eu digo isso não falo dela sentir pena e arrependimento, pois aquela cobra é incapaz de sentir essas coisas (e eu também não quero ser motivo de pena), falo de me vingar e fazer mal pra ela na mesma proporção.

- Desejo muito ter algum dia a oportunidade de matar minha ex (e depois me matar), porém não havia parado pra pensar que se isso acontecesse o sofrimento dela seria bem curto e ela provavelmente não iria ficar sabendo de quase nada do que eu registrei aqui (o que seria uma pena). Um cenário

mais interessante que eu acabo de imaginar aqui seria um em que eu mato toda a família próxima dela (assim causo um trauma nela e também a privo de ter pessoas pra da-la apoio depois), torturo ela bastante, deixo o rosto dela irremediavelmente mutilado de modo que ela se torne uma criatura de aparência repulsiva (mas tomando o cuidado de manter a visão dela intacta pra que ela possa ler o que eu escrevi depois e ser assombrada por isso), mutilo a genitália dela de modo a tirar toda a sensibilidade (assim mesmo que alguém queira se relacionar com a criatura deformada que ela vai ficar não vai ser possível haver prazer na relação) e talvez corto fora um ou dois membros, depois me mato de forma rápida; o trauma iria ficar marcado pelo resto da vida miserável dela e ela iria ter tempo mais que o bastante de ler tudo o que eu registrei, cenário quase perfeito. Eu estou cheio de ódio dela, vocês não têm noção.

- Eu nunca, antes, desejei tanto o mal pra alguém quanto estou desejando pra minha ex agora; já fantasiei algumas poucas vezes com matar pessoas (por exemplo, fantasiei com matar um professor que quase me reprovou no fundamental), mas nem de perto com a mesma intensidade de sentimento que agora.

- Acho que já estou novamente com vontade de me churrascar, porque as coisas estão parecendo muito estranhas e sem sentido ultimamente (não da pra explicar em palavras, mas eu sei exatamente do que se trata); provavelmente não vou fazer isso pois ainda tenho esperança de fazer certas coisas no longo prazo, mas a ideia de simplesmente deixar de existir agora não me parece má.

- As coisas (o tecido da realidade como um todo) parecem tão absurdas, frustrantes e rasas, nada parece estar seguindo um determinado caminho (exceto as coisas que supostamente atuam CONTRA mim; essas, sim,

parecem estar cooperando umas com as outras pra manter minha vida nesse limbo); essa é uma sensação ruim, não da pra dizer nem que ela (em si) é terrível pois não chega a ser intensa também.

- Temo que fiquei sexualmente impotente e grande parte disso pode ser atribuído à minha ex. O motivo principal seria eu ter tomado venlafaxina e depois parado, pois na época que eu tomava demorava muito mais tempo pra ejacular e isso me permitia ficar com uma ereção de qualidade muito melhor e o orgasmo era muito mais prazeroso (pois quanto mais tempo de estimulação maior a potência das contrações), porém depois que parei de fazer uso comecei a gozar em questão de segundos e demorou algumas semanas até que isso melhorasse um pouco; mesmo eu já tendo teoricamente me recuperado e voltado a como era antes de tomar o remédio a masturbação não tem mais a mesma graça que antes já que não consegue chegar ao mesmo nível de intensidade que sob a venlafaxina. Enfim, isso é um aspecto da coisa, mas os pensamentos que eu tenho em relação à minha ex também contribuem bastante pra esse quadro, pois ter pensamentos sexuais me faz lembrar dela (como já mencionei) e lembrar dela estraga o clima totalmente, me deixando sexualmente frustrado e miserável.

- Também estou com a sensação de que o meu sêmen não está volumoso e viscoso o bastante. Será que ter ficado mais de 50 dias sem ejacular (e também ter parado de fazer exercícios físicos quase completamente e passado várias noites sem dormir por conta da fratura no braço) de alguma forma desencorajou a minha produção de sêmen?

- Mesmo que não durasse pra sempre eu penso que eu teria me beneficiado bastante do relacionamento com a minha ex durar mais um pouco (algo em torno de um ano e meio ou dois), pois ela era de certa forma uma chave pra

eu passar a ter uma vida social, não só porque eu tinha mais ânimo pra socializar quando eu namorava mas também porque eu acabaria sendo introduzido aos círculos sociais dela, eu sairia com ela pros lugares e conheceria gente nova (coisa que não tenho pretexto nenhum pra fazer estando sozinho, e ter esse pretexto faz toda a diferença), etc — ou seja, eu estaria muito melhor ajustado do que estou agora. Ter um início de vida social e estar em um namoro muito possivelmente teria me encorajado a estudar mais e levar a faculdade mais a sério e também a fazer o mesmo com o aprendizado da marcenaria; porque tudo está ligado, eu preciso me sentir "válido" em certas áreas pra que eu possa ter ânimo de progredir em outras (aliás, isso não é apenas achismo meu, eu senti isso na pele pois na época que o namoro havia começado eu também havia me tornado mais esforçado e sociável no geral — não o bastante mas já foi uma diferença considerável do que eu era anteriormente). O término "pré-maturo" impediu tudo isso de se concretizar e agora eu estou revoltado e ressentido.

- Além de tudo estar com esse ar estranho eu também voltei a ter aquela sensação de que tudo acabou e que não vai acontecer mais nada de relevante daqui pra frente, e que eu estou vivendo basicamente como um fantasma (o que se torna mais tragicômico ainda se levar em conta que na época que eu era "vivo" eu também não fiz nada digno de nota).

- Deixo claro que eu NÃO me enxergo como o certo dessa situação com a minha ex e que eu NÃO acho que o que eu desejo pra ela seja proporcionou ao que ela me fez (que foi me iludir que ela gostava de mim e que seria duradouro só pra acabar com tudo pouco tempo depois e, também, possivelmente me trair); MAS eu não acredito em certo e errado e não me importo se o meu ressentimento é desproporcional, eu simplesmente estou me sentindo e por isso quero que aconteçam coisas ruins com ela e fantasio fazer coisas ruins com ela (e se eu tivesse a

oportunidade, podendo evitar as consequências, eu faria). Não sou vítima e nem o “bonzinho”, apenas alguém que sente rancor.

14/05/24

- Hoje eu fui na marcenaria e lá eu reparei em uma faquinha pequena que parecia de cortar pão (não sei exatamente pra que ela serve já que nunca a vi sendo usada antes). Assim que a peguei eu instintivamente passei a lâmina em um toquinho de madeira pra ver o quão afiada era (não muito, porém mais do que parecia) e não pude deixar de imaginar aquela faca cortando o pescoço da minha ex e fazendo jorrar bastante sangue.

- Após o término a minha ex já chegou a me descrever como “uma boa pessoa” (em contraposição a todos os defeitos que ela diz ter enxergado em mim); eu sinto muita vontade de fazer ela se arrepender amargamente no futuro de algum dia ter dito isso.

- Eu sempre suponho que tudo esteja as mil maravilhas na vida da minha ex, que ela não esteja passando por problemas (e se estiver, os está superando todos), que as decisões dela sempre são as mais sensatas, que todos ao seu redor gostam dela, que o relacionamento atual dela esteja dando super certo e o namorado de agora seja realmente melhor do que eu em tudo, etc; talvez não seja 100% verdade, mas eu gosto de sempre estar preparado para o pior cenário (e, nesse caso, o pior cenário é tudo estar dando certo pra minha ex). Além do mais, eu não quero ter que ficar contando “com o destino” pra fazer minha ex “pagar” pelo o que fez, até porque eu nem acho que ela necessariamente tenha feito algo de muito errado (apesar de ter me machucado bastante) ou sequer que “certo” e “errado” existam (e, se existissem, haveria grandes chances de que o mais

errado na história sou eu); prefiro eu mesmo ir lá e garantir, com minhas próprias mãos, que ela tenha o troco (mas não nego que eu adoraria ficar sabendo que ocorreram coisas terríveis na vida dela).

- Eu não acho que a minha ex tinha qualquer obrigação de continuar comigo, mas ficou bem claro que eu não sou o tipo de cara que ela gosta (tendo em vista os outros namorados dela) e isso faz eu me perguntar porque ela demonstrou estar tão interessada em mim no início, porque ela se deu ao trabalho de viajar até aqui e me dar com tanto gosto e ainda dizer depois que adorou, porque ela fez promessas e planos pro futuro, etc. É isso que me deixa revoltado, seria muito melhor que eu nunca a tivesse conhecido.

- Me vingar da minha ex não é um objetivo tão fora da realidade caso eu realmente esteja determinado; eu tenho o dinheiro mais que o bastante pra viajar até o Rio e já sei o endereço dela (que provavelmente ainda é o mesmo, mas se não for não deve ser difícil descobrir o outro), bastaria ir até lá, fazer o que tem que ser feito e me churrascar logo depois.

- Apesar de fantasiar tanto com matar e torturar a minha ex eu não tenho intenção e nem vontade de fazer qualquer coisa sexual; não por eu ser “bonzinho” e achar que violação passa dos limites, mas porque eu realmente não vejo nenhuma graça nesse tipo de coisa, eu não sentiria o mínimo de excitação (já contei antes que qualquer memória referente à minha ex já é o bastante pra me broxar, imagina então estar diante dela pessoalmente…a mera existência dela me faz mal, por isso eu gostaria que ela fosse aniquilada).

- Mesmo não estando determinado mesmo a ir fazer o que tem que ser feito com a minha ex (é algo que só pretendo fazer como última medida) eu normalmente já iria começar a fazer planos só por garantia, mas como ver

qualquer coisa relacionada à ela já me deixa mal eu prefiro não fazer nada — imagina a dor que ia me causar ficar olhando endereço no Google Maps e involuntariamente revivendo os momentos lá passados.

- Na época em que eu namorava a minha ex muita gente comentava (provavelmente brincando) que eu ia acabar fazendo alguma coisa com ela e ia parar no Cidade Alerta; na época isso não fazia nenhum sentido, eu nunca encostei um dedo nela e nunca passou pela cabeça encostar, mas hoje em dia as coisas já são diferentes…

- Antes de namorar minha ex eu cheguei a webnamorar brevemente uma outra moça também do Rio (só que ela já havia se mudado do Rio faz alguns anos, estava morando em Florianópolis), a Catherine (não sinto praticamente mais nada por ela, então não me sinto mal em mencionar o nome — ao contrário da minha ex, cuja mera menção do nome já estraga o meu dia). Acho engraçado que ela era muito desconfiada de tudo e tinha receio que eu pudesse fazer alguma coisa ruim com ela, eu não entendia como ela podia pensar isso de mim pois eu nunca faria algo do tipo; entretanto, eu agora sinto vontade de provar que ela estava realmente certa, pois eu desejo fazer coisas horríveis contra a minha ex (não estou dizendo que vou, apenas que desejo fazer).

- Minha ex sabe que eu sofri por conta dela, inclusive nas poucas conversas pós-término que tivemos ela disse que nem perguntou sobre isso pois era óbvio que eu estaria sofrendo mesmo; mas duvido que ela saiba um décimo da proporção verdadeira do mal que essa série de acontecimentos me provocou. Não tem problema, um dia toda essa mágoa, sofrimento e ressentimento vão se traduzir em ações e aí sim ela vai saber, goste ou não.

- Geralmente pessoas que matam a/o ex têm o pensamento de que a pessoa pertence a eles e que se não for pra ser deles não vai ser de mais ninguém; eu não acho que seja necessariamente que eu me sinto em relação à minha ex, eu apenas sinto que a existência dela me faz mal e por isso deveria ser eliminada (ou então desgraçada ao ponto de que ela própria queira se eliminar). Não sei se isso faz alguma diferença na prática (talvez nem tenha diferença nenhuma pras pessoas que vêem a ex como posse, pois é natural que todo mundo veja a própria perspectiva como diferente das demais ainda que não seja nada diferente — e eu não estou imune a isso), mas pra mim faz, não vejo minha ex como posse minha e nem gostaria de voltar com ela, apenas sinto que a memória e a existência dela me machucam profundamente.

- De certa forma até gosto de ter voltado a pensar obsessivamente na minha ex e ser psicologicamente torturado por esses sentimentos, é bom sentir coisas intensas independente de serem negativas ou positivas (é melhor do que estar "morno"). Inclusive, me preocupo com a possibilidade desse sentimento acabar morrendo com o tempo outra vez e só ficar uma memória melancólica porém suportável da minha ex, sem que eu tenha feito nada na prática e ela não tenha sofrido nada; eu NÃO quero que tudo isso seja em vão, se for preciso eu próprio tomarei atitudes pra manter meu ódio e ressentimento vivos por mais tempo. Eu não quero superar minha ex, quero ver ela sofrer muito.

- As mínimas coisas já me lembram dela e me colocam pra baixo; agora pouco fui abrir uma gaveta procurando parafusos e vi dois carrinhos hotwheels velhos, isso instantaneamente me lembrou de quando ela veio aqui em casa pela primeira vez e trouxe dois carrinhos pra dar de presente pra minha maritaca Loura (que por sinal já morreu) — essa memória e associação acabaram comigo.

- A grande questão é que as memórias da minha ex (e a própria existência dela…"EXistência", que palavra irônica a ser usada nesse contexto) estão me machucando muito e essa é uma dor atrás suportável por um ou dois dias mas insuportável no médio e longo prazo; é por isso que eu gostaria que ela morresse ou acontecesse alguma desgraça bem séria com ela, pois creio que assim a causa do meu sofrimento seria remediada (e, sim, eu sei que esse é um pensamento mesquinho e egoísta, mas e daí?). Entretanto, se continuar forte assim acho que voltarei a considerar simplesmente me matar de uma vez, pois o suicídio me impedirá de ter vingança mas pelo menos irá fazer essa dor acabar logo.

- Seria legal se eu voltasse a ter outra onda de sorte igual a que eu tive no final de 2022 e início de 2023, só que dessa vez melhor preparado pra aproveitar tudo (com um físico melhor, com mais dinheiro e também mais experiência); penso que tenho até mais ou menos 2026 pra isso acontecer (acho que já mencionei aqui antes sobre o meu projeto de que 2026 seja o meu ano), pois depois disso já vou estar velho demais (terei passado dos 27) e não conseguirei manter mais nenhum grau de juventude. Esse é um bom motivo pra continuar seguindo em frente, e se essas futuras experiências positivas superarem as que eu vivi com a minha ex eu provavelmente não irei mais ter ressentimento em relação a ela (acho que já deixei bem claro que os sentimentos negativos que ela me causa são condicionais e que eu só penso em aplicar a "solução final" caso não me reste mais nada — pois eu não quero ficar miserável sozinho).

- A greve dos professores está contribuindo um pouco pra esse meu estado, pois ter a rotina de ir na faculdade faz eu sentir que a minha vida está se movimentando (e dessa vez provavelmente iria se movimentar de verdade, já que eu finalmente estou conseguindo estudar); e não só isso como também permite que eu me movimente bastante, que eu tenha mais

controle sobre o que eu como (já que não almoçarei em casa) e várias outras coisinhas menores (mas que fazem alguma diferença).

- Dia 10 do mês que vem irá completar um ano desde a última vez que fiz sexo; esse é um modo de se olhar a situação, outra forma é pensar que não faz nem um ano ainda desde que senti um corpo feminino pela última vez — ou seja, é algo muito recente (pelo menos pra quem ficou a vida toda assim), nem parece que aconteceu de verdade.

- Se o pós-término for ter a mesma duração que a Primeira Guerra Mundial isso significa que eu terei superado a minha ex quando for dia 26 de outubro de 2027, pois o término foi dia 12 de julho de 2023 e a Primeira Guerra teve uma duração de 1567 dias (somando as duas coisas chego no resultado 26/10/2027).

- Sinto até um pouco de carinho quando me lembro de certas demonstrações dela, como ter bordado as minhas calopsitas (uma das quais já fugiu e não voltou mais, aliás), mas é justamente nisso que mora o problema: por que ela se dedicou tanto a fazer eu me sentir querido, amado e desejado se o que ela sentia por mim era tão raso e passageiro? Não vou dizer que “ela não podia ter feito isso” pois não acredito nesses conceitos de certo e errado, mas de qualquer forma eu fico até hoje (talvez mais hoje do que antes) extremamente magoado, ressentido, frustrado e inconformado com essa história (e do mesmo jeito que eu não acredito que foi “errado” da parte dela fazer isso comigo também não será “errado” da minha parte me vingar — caso isso venha acontecer algum dia.

- Até da pra “entender” minha ex ter sido tão intensa comigo no início e logo depois descartado tudo, pois ela (assim como todas as mulheres e uma minoria restrita de homens, como já mencionei antes) é cheia de opções

pra substituir (e não demorou nada pra fazer isso); o grande problema é que eu não tenho a mesma gama de opções (na verdade não tenho opção nenhuma), tudo o que eu podia ter era ela, e ela fez eu acreditar que a gente tinha algo firme só pra terminar tudo em questão de semanas e me deixar sobrando. Se eu tivesse outra pessoa (ou tivesse acesso a outras pessoas) acho que estaria tudo bem (ou menos pior), mas eu não tenho; ela me ofereceu por alguns meses o que eu não tive a vida inteira (e ao que eu normalmente não tenho acesso) só pra “tirar” (entre aspas porque eu concordo que não é questão de posse) isso de mim e fazer eu voltar ao que era antes (só que agora sentindo o contraste entre ter e não ter — então estou pior do que estava antes dela, muito pior).

15/05/24

- Eventos em alta no feed atualmente: dupla de pedófilos que infectava crianças com HIV no Amazonas e uma página que usa IA pra criar fotos nuas de moças do Facebook.

- Hoje eu fui no médico ver como estava o braço e aparentemente ele está recuperando bem rápido, já posso voltar a fazer a maioria das atividades e dentro de menos de um mês provavelmente vou ter recuperado 100%.

16/05/24

- Uma coisa chata é que a minha ex fazia/faz psicologia e agora qualquer referência ao estudo da psicologia me lembra dela e me deixa mal.

- Hoje eu fui na casa de um cliente pra ajudar meu pai a tirar umas medidas e não pude deixar de reparar em como o braço da esposa dele

era gordo (desproporcionalmente gordo em relação ao corpo), me pergunto se ela tinha algum problema de saúde.

17/05/24

- Me masturbei hoje de novo e felizmente o sêmen já está branquinho, viscoso e saindo em uma quantidade razoável (mesmo o orgasmo não tendo sido intenso — o que já é de se esperar visto que o motivo pra eu estar me auto-estimulando não era a excitação em si).

18/05/24

- Alguns dias atrás reparei no fato de que desde que eu e a Letícia (a menina com quem eu flertava pela internet no início do ano e quase namorei) cortamos contato eu nunca mais tive falei com qualquer outra mulher (não nesse sentido, pelo menos). Parece algo corriqueiro mas não é, pois me lembrei que desde maio de 2022 (ou seja, exatamente dois anos atrás) eu não cheguei a passar mais do que um mês sem ter esse tipo de contato com mulher (mesmo sendo pela internet na maioria das vezes): entre maio e setembro de 2022 eu webnamorei a Catherine; em outubro eu cheguei a sair com uma moça do Tinder (não aconteceu nada entre a gente porque eu não senti nenhuma atração por ela, inclusive ela reclamou depois por mensagem que eu nem a abracei) e também troquei mensagens com alguma aleatória da internet que nem lembro direito mais (acho que era uma paraense chamada Pâmela); em novembro eu comecei a conversar com a minha ex e isso continuou até julho de 2023, quando ela terminou comigo; no final de agosto eu comecei a conversar com uma menina de Salvador (a Eduarda) e

chegou até a ocorrer troca de nudes, continuei a ter essas conversas com ela por mais uns dois meses; em setembro eu também comecei a trocar umas mensagens de flerte com outra menina (nesse caso, uma que eu já conhecia faz anos), a Lilith; em outubro eu conheci (pela internet, claro) uma de São Paulo chamada Laura e teve flerte e troca de nudes, continuou em novembro; já no início de dezembro eu conheci a Letícia e isso durou até março de 2024; desde então (agora é o meio de maio) não ocorreu mais nada. Talvez seja bom mesmo eu me desacostumar um pouco desse tipo de contato, assim eu fico mais habituado a estar "sozinho" e consequentemente menos carente.

- Hoje eu abri meu Facebook pessoal e tinha uma notificação de que o aniversário da mãe da minha ex foi dia 16 de maio.

19/05/24

- O período no qual estou atualmente lembra bastante 2020, naquela época tudo parou (estudo, academia, dirigir, etc) por conta da pandemia e agora tudo parou por eu ter quebrado o braço e os professores entrado em greve; é como se outro ciclo tivesse se iniciando, igual foi o ciclo 2020–2023, então dessa vez (ao contrário da última) eu deveria aproveitar esse tempo de hiato pra me preparar melhor pro que vier depois e assim poder tirar mais proveito.

- Não vou negar que o ressentimento em relação à minha ex deu uma diminuída comparado ao início da semana passada, eu obviamente ainda a odeio e vou continuar odiando mas não estou pensando nisso toda hora igual estava ocorrendo alguns dias. Tenho quase certeza,

entretanto, que isso é apenas temporário e logo voltarei a ter um momento desses no futuro.

- Hoje eu comi strogonoff de frango no almoço e ainda por cima comi doce depois, pra “compensar” fiz alguns exercícios leves e parei de comer por volta de umas quatro da tarde (de modo a ficar pelo menos 15 horas em jejum).

20/05/24

- Do mesmo jeito que em 2020 ocorreu um evento marcante no início do ano relacionado à faculdade em 2024 também ocorreu (eu ter passado em química orgânica); do mesmo jeito que pouco depois, em 2020, teve início a pandemia do COVID, em 2024 pouco tempo depois da aprovação eu quebrei o meu braço.

- Hoje eu fui pagar o boleto da Unimed presencialmente pois o celular do meu pai está quebrado e ele não consegue acessar o Nubank.

21/05/24

- Hoje eu saí de casa três vezes (uma pra vacinar) e pela primeira vez em meses dei mais que 10 mil passos

22/05/24

- 10 dias após a minha ex terminar comigo eu postei uma notícia sobre um juiz maranhense que matou um jogador e depois foi decapitado pela torcida revoltada.

- Eu estava refletindo sobre como até o presente momento minha vida foi uma nulidade, sobre como o contexto onde eu vivo (o tipo de cidade, de família, localização geográfica, finanças, etc) me impede de alterar isso e mesmo que eu conseguisse alterar já seria tarde demais (a época de viver certas/muitas coisas é no final da adolescência e vinte e poucos). Mas eu pretendo compensar por isso no futuro, eu pretendo fazer alguma coisa de grande proporção que deixe a minha existência bem marcada; não precisa necessariamente ser algo ruim, mas obviamente a primeira coisa que me vem na cabeça é alguma atrocidade, algum massacre, etc.

- Hoje eu dei 10 mil passos novamente, acho eu estava errado quando disse que ontem foi a primeira vez em meses (porque hoje eu nem cheguei a caminhar tanto assim, então deve ter havido outras ocasiões recentes em que eu consegui o mesmo).

23/05/24

- Hoje a caixa d’água daqui está sendo trocada. Quando o rapaz que ia trocar/ajudar a gente a trocar chegou ele tocou a campainha mas eu não ouvi porque a campainha estava fora da tomada.

- Cada dia que passa eu tenho mais claro pra mim quais pensamentos meus são objetivos e quais são subjetivos; eu sei que o que eu sinto em relação à minha ex e o medo de envelhecer e da mediocridade eterna são coisas totalmente subjetivas, visto que não há nenhum parâmetro objetivo definindo o que é ser fracassado, o que é ser “medíocre”, quando é “tarde demais”, etc. Entretanto, eu ainda assim abraço tais sentimentos, isso é a Vontade (o Macho).

- Vi o mar pela primeira vez no final de janeiro de 2020, não lembro exatamente o dia mas suponho que foi dia 26 (se não foi, então foi próximo disso), depois disso eu vi o mar no dia 22 de abril de 2023; ou seja, 1182 dias. Se o mesmo for se aplicar ao sexo, então farei sexo pela próxima vez no dia 4 de setembro de 2026 (ou algo próximo), pois a última vez que transei foi dia 10 de junho de 2023 (e há 1182 dias entre uma data e outra). Claro que não há objetividade nenhuma nessa comparação, eu apenas gosto de fazer essas analogias.

- Hoje eu mal saí de casa mas bati 8 mil passos de tanto carregar coisas pra ajudar na troca da caixa d'água.

- Pesei-me hoje e o peso voltou a diminuir, deu 78.9kg (de tênis e estômago cheio). Esse negócio de fazer jejum pulando o jantar realmente tem funcionado pra mim.

- Preciso parar de usar pronome pessoal oblíquo no início dos registros que faço aqui, é errado de acordo com a norma culta.

- Pergunto-me se caso algum dia eu resolva essa situação da minha ex de forma "definitiva" eu irei desistir totalmente de continuar registrando as coisas aqui e dos meus planos pro futuro. Espero que não.

24/05/24

- Ontem eu procurei "gatinho" pra encontrar uma foto que eu (sozinho) tirei ao lado de um gato e acabei me deparando com uma foto onde aparece eu e minha ex fazendo carinho em um.

- Como já disse antes, eu não violaria minha ex se pudesse (não por eu ser bonzinho, é que eu realmente não tenho prazer nenhum nisso, só de

pensar nela eu já broxo, imagina uma situação assim), mas pensando melhor aqui eu acho que violaria o atual namorado dela (se eles ainda estiverem juntos — eu não sei se estão pois não fico stalkeando). Não seria de um modo homossexual, eu não colocaria meu pênis em outro cara de jeito nenhum, eu penetraria ele com uma barra de ferro ou cabo de vassoura enquanto ela assiste (obrigada), de preferência também o castraria antes, durante ou depis do ato; eu não tenho nada contra o cara, nem sei direito quem é, mas faria isso unicamente pra atingi-la (imagino que ela ficaria horrorizada com a cena). Já disse algumas vezes que eu considero isso de penetrar outros homens (mesmo se for apenas com objetos) algo abominável e horroroso, e eu não mudei de opinião porém o ódio que eu sinto pela minha ex é mais forte que isso. Quanto a ela, eu (como já relatado), iria torturar, desfigurar o rosto, mutilar a genitália (pra tornar inviável qualquer atividade sexual), decepar um ou dois membros, cortar fora os seios (essa parte não cheguei a falar), etc.

- Hoje eu saí de casa umas cinco vezes (comprar água, comprar materiais e ir na fisioterapia) e bati os 10 mil passos novamente.

25/05/24

- Hoje um amigo da internet acabou me contando que ta pensando em se relacionar com outro amigo da internet. Não tenho muito o que dizer, mas sinceramente não consigo entender como um homem consegue sentir atração pelo outro.

- Estava pensando no formato do rosto da minha ex, a mandíbula dela é bem quadrada e angular. Seria gostoso vê-la sendo esmigalhada.

- Me bateu um desânimo do nada agora, creio que em grande parte é por saber que a greve não vai acabar nessa próxima segunda. Que desgraça, eu preciso que acabe logo pra que assim minha vida volte a fluir e assim eu possa planejar alguma coisa (qualquer coisa) pra me vingar da minha ex (sim, é o que mais importa pra mim, eu odeio ela).

- Sair de casa é bom por aumentar a quantidade de passos que dou mas por outro lado também tem sido ruim (pelo menos nesses últimos dias) pois está expondo minha pele à luz solar e assim acelerando o foto-envelhecimento. Eu uso protetor mas sei que ele não protege 100%, então algum leve dano vai ocorrer e esse tipo de dano é cumulativo (igual todo dano feito por radiação solar). Eu odeio o envelhecimento bio-fisiológico, como já deixei bem claro nos primeiros registros; eu não vivi nada na minha juventude, então gostaria pelo menos de retardar um pouco o envelhecimento em definitivo (até eu chegar na data do churrasco).

- Acabo de ver no meu feed um caso de feminicídio em Minas (que beleza, mesmo estado que eu) com link pra foto de como a vítima ficou, e da pra ver que foi muito brutal. Não faço ideia do contexto em que ocorreu mas de um modo geral eu não simpatizo com esses crimes; porém não vou negar que eu adoraria poder fazer o mesmo com a desgraçada da minha ex (eu não necessariamente apoio esses crimes no geral porque as vítimas que morrem neles não me geram sentimentos negativos, já a minha ex, sim, me gera sentimentos negativos; então não há contradição aqui).

26/05/24

- Estava me lembrando da “magia” que eu sentia na época em que a conheci (mas especificamente o período compreendido entre outubro e dezembro de 2022), não só por conta dela mas de tudo ao meu redor (aliás, eu já sentia isso antes mesmo um pouco antes da gente entrar em contato); não era um sentimento exatamente bom mas era um sentimento “especial”, de novidade, de “descoberta” (não sei exatamente em relação ao que), etc. Senti saudades mas tudo bem, se as coisas derem minimamente certo pra mim eu irei viver experiências futuras que farão esse final de 2022 parecer um nada em comparação (e depois eu irei morrer, então não irei ficar sentindo saudades depois).

- Eu gosto de ver dados sobre como a população não-europeia tem crescido exponencialmente em certos países europeus e sobre como vai ocorrer (e já vem ocorrendo) uma explosão populacional na África Subsaariana nas próximas décadas; significa que vai haver menos rapazes branquinhos pras mulheres escolherem (igual minha ex fez me trocando por esse cara atual dela, sendo ele branco e eu pardo). Além do mais, a minha ex não gosta de pessoas negras (sendo ela própria parda e tendo uma avó preta que ela insiste ser apenas “morena” — como se não bastasse, ela também possui uma tia com traços africanos visíveis e justificou isso dizendo que acha que ela é adotada), então é bom saber que o mundo vai se tornar um lugar “pior” pra visão dela.

- Minha ex é parda, ela devia ficar com outros pardos igual eu e não ficar procurando os brancos. Acho isso um absurdo.

- Estive pensando sobre 2024 parecer com 2020 e acho que da pra encaixar isso em um modelo de ciclos, tendo ocorrido um ciclo de 2020 até 2023 e agora outro se iniciou; o atual ciclo será (supostamente, pois tudo aqui é apenas um exercício de imaginação, não estou afirmando

nada de modo objetivo) em grande parte uma repetição do ciclo anterior, sendo 2024 parecido com 2020 (já está sendo), 2025 parecido com 2021 e assim por diante (2026, que é o ano no qual eu mais foco, seria parecido com 2022, outro ano em que ocorreram muitas coisas novas comigo). Se for verdade, é bom que eu já estarei preparado pra muitas coisas (mas é apenas um devaneio)

- Antes da minha ex eu tinha o pensamento de só querer uma mulher a vida toda, de como seria legal conhecer o corpo de apenas uma, saber como é a sensação do contato físico através de apenas uma única pessoa, etc; acho que acabei me amaldiçoando quando falei isso, pois atualmente me encontro exatamente nesse estado, pois minha ex foi minja primeira e após ela nunca mais tive nada. Mas eu não quero que isso fique assim, não quero que minha ex seja essa "única", sinto que preciso arrumar outra só pra quebrar essa "maldição".Está dando pra ver na prática que aquela lista de aniversários rankeada por sorte (na qual estou entre os primeiros e minha ex no último) realmente é apenas superstição. 2024 não está sendo um ano ruim mas também não tem ocorrido nada de muito fora do ordinário (além de eu ter passado em química orgânica e ter quebrado meu braço); em grande parte, está sendo uma recuperação lenta do estado em que eu me encontrava na segunda metade de 2023.

- Hoje, por volta das 18h, eu fui defecar e senti uma dor nos músculos daquela região e logo depois senti tontura. Espero não ser nada.

27/05/24

- Meu 2023 ficou muito bom, ficou mais ou menos quando chegou no meio do ano e depois virou um pesadelo (minha ex terminou comigo, minha maritaca de quase 18 anos morreu, fui reprovado em quase tudo na faculdade, problemas familiares, etc; tudo isso ao mesmo tempo). Meu 2024 começou bem ruim (continuação do que estava ocorrendo em 2023) e agora está mais ou menos; vai ser muito bom se as coisas melhorarem na segunda metade do ano, de modo a ser uma versão espelhada do ano passado.

- Estou chateado e preocupado com essa greve pois quanto mais ela demora (e está com cara de que vai demorar, pois hoje foi a data de vencimento da proposta final do governo para os grevistas e eles rejeitaram) mais vai demorar pra eu formar, e quanto mais demorar pra eu formar menos tempo “livre” (não “livre” no sentido de não fazer nada, óbvio; digo mais no sentido de autonomia) antes dos 30 eu terei (e, como já cansei de dizer, não quero viver além dos 30) — e se as coisas continuarem andando do jeito que estão eu só irei me formar (se é que vou me formar) faltando um ano pra eu completar 30 (ou seja, só um ano de vida). Mas, por outro lado, eu me lembrei que eu não preciso necessariamente me formar, recuperar o tempo perdido e ir bem em uns dois ou três semestres já vai ser o bastante pra os objetivos que tenho em mente (não quero falar disso agora), aí quando tudo estiver bem eu terei a possibilidade de simplesmente largar a faculdade e pôr em prática algum plano mirabolante qualquer que eu tiver elaborado (outra coisa da qual não quero falar em detalhes agora).

28/05/2024

- Não tenho nada específico sobre hoje pra registrar então vai isso mesmo: hoje uma pessoa (tendo me avisado antes) criou um novo perfil no Facebook usando a foto da minha maritaca Tataca.

- Hoje mais cedo eu estava lendo os primeiros registros que fiz (três primeiros dias) aqui nesse diário e não pude deixar de reparar que eu era muito mais "bonzinho" (dizia que a culpa era toda minha, que a minha ex não devia ser responsabilizada por nada e que ela era uma ótima pessoa, que eu não queria machucar ninguém, que eu era um ingrato e um inútil mesmo, etc) naquela época, a época em que eu me sentia tão mal que faltava pouco pra eu ficar fisicamente incapacitado por conta disso, do que sou agora; e hoje em dia, que eu já me sinto muito melhor, eu falo abertamente de querer torturar minha ex, de ter tido um pensamento sobre matar toda minha família, de planejar fazer um massacre/atentado no futuro, etc. Essa dinâmica entre os dois estados emocionais e o contraste apresentado por cada um é algo que eu já havia observado há bastante tempo e ter feito essa análise/comparação agora só reforçou minha observação.

29/05/2024

- Acordei de madrugada por estar meio gripado e não voltei a dormir, fiquei pensando em minha ex durante esse tempo. Eu realmente a odeio muito e sinto que é necessário que ela deixe de existir.

- De um modo geral eu não sou tão preso ao passado, apesar dos acontecimentos de 2023 não saírem da minha cabeça (e serem a razão pela qual esse diário existe) eu não me importo tanto com os de 2022 e me importo menos ainda com 2021 e 2020 — já o que veio antes de 2020 nem

parece que foi nessa vida. E apesar do que ocorreu ano passado ter uma importância extrema pra mim eu já sou uma pessoa substancialmente diferente do que eu era um ano atrás, minhas atitudes mudaram bastante (talvez quem observe de fora não perceba tanto, mas internamente é muito perceptível); então, de um modo geral, eu diria que sou alguém “up-to-date”.

- Recentemente o Papa Francisco reconheceu um segundo milagre de um beato “millenial” italiano chamado Carlo Acutis e isso abriu caminho pra sua canonização; seu último milagre a ser reconhecido ocorreu na cidade de Campo Grande, capital do estado brasileiro do Mato Grosso do Sul. Eu já não gosto dele só por conta disso, pois Campo Grande é o nome do bairro no Rio onde minha ex mora e onde fui quando visitei sua família, e a semelhança entre os nomes já é o bastante pra eu fazer uma associação negativa — além de que eu já não creio em santos de qualquer forma. Eu odeio a minha ex.
- Não gosto daquela mulher famosa que é obesa mórbida e tem um nome composto terminado em “Carla”, pois o primeiro nome dela é o mesmo que o da minha ex e eu odeio a minha ex (qualquer coisa que possa ser associada a ela me causa sentimentos negativos).
- Hoje a psicóloga não pôde atender. Uma pena, pois eu estava pensando em falar com ela pela menos algumas das coisas mais recentes que registrei aqui.

30/05/2024

- Querendo ou não, passar pelo momento que passei em 2023 me transformou bastante (creio eu que pra melhor, apesar de tudo), pois foi

algo que me forçou a colocar meu futuro próximo em perspectiva e a tentar assumir o controle de pelo menos uma pequena parte de minha vida.

- Hoje de noite eu comi canjica e isso me fez lembrar que a mãe da minha ex me ofereceu canjica quando eu fui na casa deles (é um detalhe do qual eu sinceramente não me lembrava). Odeio a minha ex.

31/05/2024

- O meu projeto de vida para os próximos anos, grosso modo, é relativamente simples: eu quero ser ouvido e quero que as pessoas falem de mim (incluindo todas as idiossincrasias que eu relato aqui — principalmente o que tenho a falar sobre a minha ex), entretanto não há nada relacionado à minha pessoa que leve os outros a se interessarem; por isso, o meu objetivo é fazer alguma coisa grandiosa que chame a atenção de milhares (talvez milhões) de pessoas, e há várias possibilidades do que fazer mas o que eu mais tenho considerado é fazer algum massacre ou assassinar alguém muito importante — claro que só falar é fácil e colocar em prática algo assim é muito difícil (não é atoa que tantos tentam e fracassam), então torço pra que eu conte bastante com a sorte; mas se eu fracassar, pelo menos terei tentado e isso já conta alguma coisa pra mim (terei contribuído para com o fluxo). Sempre tive em mente eliminar membros daquelas tais famílias aristocráticas, caso as histórias sobre elas sejam realmente verdade; entretanto, há uma chance muito grande de serem apenas histórias, então eu também penso em outras possibilidades, sendo uma delas atentar contra alguma embaixada israelense (o Estado de Israel veio a cair em desgraça nos últimos tempos, então esse será um ato que não só chamará muito a atenção como também ganhará muita

simpatia). Pretendo fazer isso dentro de 4–5 anos, antes de eu completar 30 (e, obviamente, não pretendo sair vivo de tal empreitada).

- Não há como negar que o apoio que meus familiares me dão é algo fundamental na minha vida e que se não fosse eles eu não seria capaz de fazer nada. O “problema” é que eles basicamente estão alimentando um monstro, se eu levar à cabo o que eu pretendo fazer no futuro vai ser graças ao apoio deles também; e é bem capaz que eles venham a ter essa mesma reflexão e se arrependam amargamente — além do mais, fazer o que pretendo fazer irá, possivelmente, colocar um alvo em cima de todos os meus familiares e pessoas próximas a mim (já que a chance de alguém querer vingança é grande); eu estou plenamente ciente disso e mesmo assim não mudo de ideia, porque a minha obsessão em satisfazer o meu ego é maior do que tudo.

- De ontem pra hoje esfriou bastante, acordei com o nariz entupido e espirrando muito; finalmente o frio chegou.

- Desde o ano passado eu venho observado uma menina do Facebook (uma lá de Manaus, eu acho) se lamentando por conta de sua decepção amorosa com um tal menino (a quem ela chama de “pode ser”), cheguei a sentir empatia por me lembrar de como me sinto em relação à minha ex (principalmente por essa história dela se arrastar por meses e meses) e por ela viver dizendo que pensava em churrasco. Entretanto, recentemente vi que ela já arrumou outro e ta toda feliz com isso, então eu agora acho que ela é uma vagabunda e deveria ter se churrascado de uma vez quando pensou nisso; ela por ser mulher consegue arrumar outro muito fácil (talvez não só por ser mulher, já que há homens que também conseguiriam o mesmo; mas a questão é que ela é privilegiada por viver em uma cidade grande e estar dentro de círculos sociais que permitam conhecer novas

pessoas, coisa que não tenho e estou impossibilitado de ter a curto prazo — a longo prazo também pois aí eu já estarei velho demais), não tem nada a ver comigo.

- O ódio, ressentimento, tristeza e demais emoções negativas que a minha ex provoca em mim são o conjunto de sentimentos mais poderoso que já vivenciei, algo bem único e transformador. O lado bom é que após meses eu já me acostumei com isso, enquanto no início eu definitivamente não sabia como lidar.

- Eu preciso que o mundo (principalmente o Brasil) fique permaneça minimamente estável durante os próximos cinco anos; um pouco de instabilidade será até bem vindo (pode vir muito a calhar aos meus planos, abrir novas portas, possibilidades, etc), mas eu preciso que coisas básicas como renda, acesso à internet (não só meu, da população em geral) e meios de eu cuidar da minha aparência física continuem disponíveis.

- Eu sinceramente penso que eu tenho uma chance boa de ter sucesso no que eu pretendo fazer, pois (modéstia a parte) eu sinto que há alguns diferenciais importantes em mim. Em primeiro lugar, eu tenho expectativas e motivações até realistas, boa parte dos que fazem/tentam fazer atentados estão o fazem por misantropia ou algum motivo ideológico e pensam que estão participando de algo maior (iniciando uma guerra racial ou religiosa, dando início a uma anarquia, se martirizando, etc), ao passo que eu tenho plena consciência de que só quero fazer isso por atenção e não tenho a expectativa de fazer algo super grandioso (matar centenas de pessoas, por exemplo) e nem mudar o mundo em decorrência disso; em segundo lugar, eu já estou planejando isso com anos de antecedência; e em terceiro lugar, eu já decidi que eu quero morrer mesmo, esse abandono (ainda que por agora seja um abandono “abstrato”) da vontade de continuar vivendo por

muito mais tempo é importante pois muitas pessoas relutam em fazer tais coisas justamente estarem apegadas à vida e verem a morte como um contra (não como um pró, que é o meu caso).

- Se eu tivesse, teoricamente, a possibilidade de "eliminar" um presidente só pra poder chamar a atenção pra mim e pro que eu tenho a dizer (principalmente o que eu tenho a dizer sobre minha ex), pode ter certeza que eu o faria. O que mais importa pra mim, acima de tudo, é o meu próprio ego (e também estar contribuindo para o Fluxo, mas ao cultuar meu próprio ego eu já estou fazendo isso).

01/06/2024

- Sonhei de novo com a minha ex, não lembro direito mas em um dos sonhos eu acho que encontrava ela pessoalmente mais uma vez e no outro alguém me mostrava fotos dela com o atual. É como eu já disse inúmeras vezes: não vou esquecer tão fácil.
- Que bizarro, minha mãe acaba de contar que também sonhou com minha ex e com a família dela; talvez seja por estarmos na mesma época em que eles vieram aqui ano passado. O engraçado é que assim que minha mãe começou a falar "eu tive um sonho que…" eu já pensei automaticamente "só falta dizer que sonhou com minha ex também".

02/06/2024

- Naturalmente fiquei meio abalado com os sonhos ontem (mais do que já costumo ser normalmente), ainda mais depois da coincidência que foi minha mãe sonhar com ela também; entretanto, é em momentos assim que

eu devo ter em mente não repetir os erros de 2020. Como já disse antes, a greve da faculdade e a quebra do meu braço criaram uma situação relativamente parecida com a que vivi em 2020 por conta da pandemia, e em 2020 eu dei a bobeira de ter ficado largado (em relação a tudo) sendo que eu havia começado o ano focado, o que não foi um problema de imediato (afinal de contas consegui entrar no meu curso sem problemas) mas foi um grande problema no longo prazo por ter contribuído pra procrastinação e inércia se enraizarem ainda mais nisso (e o resultado disso eu já falei várias vezes); não posso deixar essas sensações negativas me colocarem pra baixo assim e fazer tudo se repetir.

- Sinto que eu nasci de novo no dia 19 de outubro de 2023, e que a "gestação" teve início dia 12/07 (quando a minha ex terminou comigo); eu consigo sentir uma diferença muito clara entre antes e depois dessa data, é um verdadeiro marco.

- No final dessa semana irá completar um ano que eu e minha ex tivemos o nosso último encontro; não vou dizer que parece que foi ontem e nem que parece já ter muito tempo, mas eu consigo enxergar uma continuidade bem nítida entre esse momento (não exatamente o dia em que ela veio aqui, mas o término, que foi cerca de um mês depois e por mensagem) e agora. Todos esses últimos 326 dias (tempo transcorrido desde o dia 12/07) houveram um tema em comum, que foi o sofrimento pela minha ex (alguns dias mais intenso, outros menos intenso, outros insuportáveis, certas vezes se manifestando como saudade, outras como raiva e frustração, e por aí vai); acho que isso é algo novo pra mim, não lembro de qualquer outra ocasião em que minha mente se focou por tanto tempo de forma contínua em uma mesma coisa — talvez seja algo até positivo, pois significa que pelo menos em uma coisa eu consigo ter foco sem largar.

- Eu estava refletindo sobre o assunto e concluí que definitivamente não tenho a capacidade de ser um violador, pois o violador consegue se excitar e sentir prazer mesmo com a sua vítima obviamente não gostando daquilo (e muitas vezes é justamente a vítima não gostar que mais gera excitação) enquanto a minha libido é completamente dependente da ideia de que a outra pessoa (uma pessoa do sexo feminino) tem desejo por mim (ou seja, eu até seria capaz de participar em uma simulação desse ato caso a outra pessoa quisesse, mas isso seria apenas possível por eu saber que ela está gostando); é por isso que eu digo que não violaria a minha ex nem se pudesse (a ideia é completamente broxante pra mim, se fosse possível era capaz até de fazer o meu pênis encolher). Talvez exista alguma explicação pra isso em vivências da infância, deve ter acontecido algo que me fez carente de amor materno ou sei lá o que, e o resultado foi uma libido dependente de validação feminina; já com violadores deve ter acontecido o oposto. A maioria das pessoas consideraria isso algo positivo, mas eu não, vejo isso como uma fraqueza minha; eu gostaria muito de ter a mesma mente que um violador, mas sou incapaz, parece que simplesmente não está na minha "natureza".

- Um dos primeiros passos que eu devo tomar quando for colocar em prática meus projetos de "apoteose" (sim, pra mim é uma apoteose, talvez apenas simbolicamente mas é) é arrumar uma arma de fogo e manter ela junto a mim o máximo possível, pois caso qualquer coisa dê errado de forma irreparável eu poderei simplesmente puxar o gatilho mirando o meu tronco cerebral e por um fim em tudo (essa não é a forma mais "glamourosa" de cometer auto-extermínio, eu prefiro muito mais a auto-decapitação, porém o objetivo aqui é ser o mais rápido possível já que estamos falando de situações de urgência). Eu não posso arriscar ir pra cadeia e ficar lá perdendo anos de vida envelhecendo bio-fisiologicamente (envelhecimento

esse que provavelmente vai ser acelerado por conta do ambiente estressante e da falta de acesso a cuidados com a aparência física).

- Eu estava me lembrando de um meme que, basicamente, consiste na foto de um bebê muito feio postado em um story com a legenda “lindo da dinda”; isso me deixou triste pois me fez puxar da memória que uma das kitnets que a mãe da minha ex alugava era chamada de “casinha da dinda” (e isso obviamente me lembrou da minha ex e o resto já da pra deduzir).

- Tentei aprender francês pela primeira vez em 2020 mas de lá até agora eu só empurrei com a barriga e não fiz muito progresso, entretanto isso já foi o bastante pra me deixar em um nível intermediário; levando em conta que eu já tenho essa base, decidi que vou focar sério no idioma e pretendo ter melhorado consideravelmente até o final do ano (aliás, já comecei a fazer isso tem alguns dias). Eu não desenho, não toco nenhum instrumento e não sou atleta de nenhum esporte, então acho que vale a pena investir nisso pra pelo menos poder dizer que tenho o talento de falar um segundo idioma que não seja o inglês (não é tão útil, mas é um talento).

- Eu até pensei em pontuar como o que eu sinto internamente agora (e venho sentido nos últimos meses) é muito mais intenso e marcante pra minha vida do que o Cristianismo foi (já que cristãos muitas vezes fazem questão de falar sobre como eles foram transformados), mas preferi não fazer isso pois esse tipo de atitude dá a entender que eu guardei algum tipo de mágoa ou ressentimento em relação ao Cristianismo (o que não é verdade) — simplesmente larguei pois já me sentia indiferente em relação à fé fazia meses e em determinado ponto percebi que os motivos pelos quais eu nominalmente ainda dizia pra mim mesmo que sou cristão não faziam sentido; mas não acho que a fé cristã seja maléfica (ou pelo menos mais maléfica do que outros sistemas de crença).

- Acredito que as pessoas podem assumir as mais diversas personalidades diferentes a depender do contexto e dos estímulos, ainda que seja apenas por um curto período de tempo; eu geralmente sou visto como um "esquisitinho inofensivo" por quem me conhece melhor (inclusive minha ex deve pensar isso de mim também, com um sentimento de desprezo) e na maior parte do tempo eu sou isso aí mesmo, mas eu pretendo (quando for chegada a hora) arrumar os estímulos certos pra me transformar em um monstro (e ser lembrado assim).

- Tudo o que eu estou escrevendo aqui é irrelevante no presente momento e praticamente ninguém além de mim mesmo iria querer ler; entretanto, basta eu fazer algo bem marcante, que alcance os ouvidos de milhões de pessoas, e os meus registros vão se tornar objeto de interesse, discussão, debate, etc.

- Depois de arrumar uma arma, o meu próximo passo em colocar meu plano de apoteose em prática será arrumar uma quantia muito grande dinheiro em pouco tempo e pra conseguir isso eu provavelmente terei de fazer algo ilegal (penso em um roubo de grandes proporções, mas pode ser qualquer coisa), pois só assim terei os meios de fazer o que pretendo. Eu tenho plena consciência de que eu não sou nenhum personagem de anime, jogo ou filme e que a chance disso dar errado é 99%, é exatamente por isso que eu preciso de uma arma, pra "quitar" logo caso dê errado (e provavelmente vai dar); entretanto, a sorte sempre pode sorrir pra mim e eu pretendo contar com ela — e se ela não sorrir então eu pelo menos terei morrido fazendo algo fora do ordinário, cheio de adrenalina.

- Não há nada de muito profundo nos meus sentimentos, a questão é que a história com a minha ex ter tido o desfecho que teve machucou muito o meu ego e por conta disso eu agora a odeio e desejo tudo de mal pra ela (e

talvez faça mal pra ela por vingança, caso eu venha a ter uma chance); é raso e fútil, mas é o que eu sinto e o que é importante pra mim, não vou bancar o moralista e ficar me auto-censurando e auto-limitando só porque “é errado” (nem acredito em “certo” e “errado” mais).

- Eu diria que a minha ex não presta, porém há muitas e muitas mulheres piores do que ela (infinitamente piores); e digo mais, ainda que ela fosse alguém que prestasse eu continuaria a odiando e a ressentindo da mesma forma, porque a minha motivação é o meu próprio ego e não alguma consideração moral (o meu diferencial é que eu reconheço isso e mesmo assim não mudo de ideia, eu abraço o meu ego e faço tudo por ele).

- Eu disse mais cedo que é como se eu tivesse nascido outra vez no dia 19 de outubro de 2023 e como se a gestação tivesse começado no dia 12/07; o interessante disso (só percebi depois) é que há exatamente 99 dias entre uma data e a outra, do mesmo jeito que há 9 meses entre a fecundação e o nascimento.

- Minha ex terminar comigo foi tão marcante que acho que de agora em diante eu passarei a contar os anos partindo de julho (eu poderia contar de outubro também, por conta do 19/10/2023, mas é mais conveniente uma data que seja mais próxima da metade do ano); meu 2024 começou nesse momento, e meu 2025 vai começar daqui um mês.

- Entre o dia 16 de janeiro de 2020 (uma data marcante que definiu o começa da minha “era” atual — ao ponto de que antes dessa data eu nem considero que eu era a mesma pessoa) e o dia 12 de julho de 2023 (quando minha ex terminou comigo) há 1273 dias, ao somar 1273 dias à data 12/07/23 a data obtida é 05/01/2027 (será que ocorrerá algo marcante nesse dia?); entre 16/01/2020 e 19/10/2023 há 1372, fazendo o mesmo cálculo a data obtida é

22/07/2027. Entre 05/01/2027 e 22/07/2027 há 198 dias, me pergunto se não será justamente nesse período que concluirei a faculdade (tomara que sim).

- Comecei esse diário no dia 20 de outubro de 2023 (tendo a ideia me ocorrido no dia 19) e fiz registros contínuos (sem falhar nenhum dia) até 22 de dezembro, havendo transcorrido 64 dias entre uma data e a outra; após isso, fiz uma pausa de um mês e alguns dias, voltei no dia 28 de janeiro de 2024 mas dessa vez eu passei a fazer os registros apenas alguns dias da semana (irregulares) e não todos; continuei assim até o dia 13 de março e depois fiz uma pausa de 29 dias pois quebrei o braço, retornei dia 11 de abril e voltei a ser contínuo desde então, havendo transcorrido 52 dias até agora — isso significa que, se eu continuar sem falhar nenhum dia (e é o que pretendo), terei superado a “primeira temporada” no dia 15 de junho desse mês de agora (junho).

- Farei aqui uma estimativa de quanto tempo levará para eu me formar, levando em conta a greve, a duração dos períodos, os recessos, a quantidade de matérias restantes (40), etc; para isso, farei as seguintes suposições: a de que as aulas voltarão no dia 2 de setembro de 2024 (suponho isso levando em conta a duração das greves de 2012 e 2015), a de que eu irei pegar cinco matérias por período (sem contar as eletivas) e não reprovar em mais nenhuma (estou confiante de que finalmente encontrei os métodos certos de estudar, pois obtive resultados na prática com eles), a de que os períodos serão de 15 semanas (essa é uma suposição otimista demais, mas há chance de se concretizar pelo menos em parte pois a universidade precisa acelerar o calendário pra compensar pela greve; de qualquer forma, no final eu também estimarei usando 18 semanas –a duração regular — por período), a de que não ocorrerá mais nenhuma greve ou cancelamento das aulas por outro motivo, a de que os

recessos de fim de ano durarão desde os dias anteriores ao Natal até a segunda semana de janeiro e a de que as férias terão uma duração aproximada de 30 dias. Vejamos: o período 1 (estou contando a partir do final da greve) terá início dia 02/09/2024 e terminará 13/12/2024 (5 matérias concluídas); o período 2 terá início 20/01/2025 e terminará 02/05/2025 (10 matérias concluídas); o período 3 terá início 02/06/2025 e terminará 12/09/2025 (15 matérias concluídas); o período 4 terá início 13/10/2025 e terminará 13/02/2026, com o recesso se iniciando 24/12/2025 e as aulas retornando 12/01/2026 (20 matérias concluídas); o período 5 terá início 16/03/2026 e terminará 26/06/2026 (25 matérias concluídas); o período 6 terá início 27/07/2026 e terminará 06/11/2026 (30 matérias concluídas); o período 7 terá início 23/11/2026 (férias abreviadas por conta do recesso de fim de ano) e terminará 26/07/2026, com o recesso se iniciando 24/12/2026 e as aulas retornando 11/01/2027 (35 matérias concluídas); o período 8 terá início 26/04/2027 e terminará 06/08/2027 (40 matérias, finalizando o curso). Apesar do otimismo em supor que os períodos serão de 15 semanas eu fui um pouco mais pessimista em supor que as férias serão todas de aproximadamente 30 dias (sendo que muitas foram de apenas 25 nesses tempos que estudei na instituição) e que as aulas só voltarão no início de setembro (sendo que podem voltar bem antes, já que ainda estamos no início de junho), então uma coisa ajuda a equilibrar a outra; de qualquer forma, fazendo a correção pra períodos de 18 semanas (calculando "(18–15)x8" e somando esse número de semanas à data de 06/08/2024) a data obtida será 21/01/2028 (não é um cálculo exato, mas será algo em torno disso).

03/06/24

- Se eu me formar em meados de 2027 ainda terei 2 anos antes de completar 30, parece pouco mas já é quatro vezes mais do que a duração do meu namoro com a minha ex (então pra mim é muito).

- This song goes very hard, love from Kazakhstan. I hate my ex so much it's unreal

- Finalmente está chegando a parte do ano em que eu poderei olhar pra aquele mesmo período no ano anterior e pensar "estou melhor agora".

- Agora pouco eu estava olhando o tempo e me veio na cabeça a ideia de tentar achar em que direção (em linha reta) estava o Rio de Janeiro (pois é de lá que a minha ex é, como já disse). Fiz isso e fiquei triste pois me lembrou dela.

- Uma coisa que vem ocorrendo há tempos mas só reparei agora é que fui tão afetado pela minha ex que ao receber qualquer mensagem dizendo "fulano enviou uma imagem" o meu coração já acelera por alguns segundos pois eu fico me perguntando se não é algo sobre minha ex (um print, uma foto dela, etc) — mesma coisa quando vão me fazer uma pergunta, já me fico ansioso pensando que é sobre ela.

04/06/24

- Eu agora tenho uma ideia muito mais específica do que eu quero pra minha vida e até mesmo um esboço de um plano pra alcançar meus objetivos, esse é o grande diferencial entre o antes e o depois do dia 19 de outubro de 2023 (aliás, acho interessante que uma das primeiras coisas que registrei aqui é que optar pelo auto-extermínio de certa forma fez eu me sentir estranhamente bem pois eu ao menos passei a ter um objetivo definido, de

acordo com o qual nortear minha vida). Eu estou ciente de que as minhas preocupações e tristezas não são nada únicas, de que são coisas muito comuns entre rapazes da minha idade, assim como estou ciente que muitos deles também possuem seus respectivos planos pra tentar superar isso; mas o meu plano é diferente pois eu tenho pretensão de fazer o que poucos tem coragem de fazer (e se eu também não tiver essa coragem, me forçarei de alguma forma a tê-la), é por isso que eu me levo a sério. O que eu passo não é diferente do que a maioria passa, mas a minha resposta a isso não precisa ser a mesma que a da maioria.

- Eu ainda vou destruir a vida de muitas pessoas (no sentido figurado ou não), principalmente de quem é próximo a mim; normalmente eu acharia isso trágico e sentiria culpa, mas nesse caso eu acho é bom, pois é uma forma de deixar minha existência bem marcada.

- Não sei como nenhum famoso ainda não teve a ideia de realizar um atentado/massacre e se churrascar depois, já que eles têm os meios financeiros pra conseguir fazer algo de grande proporção e que uma atitude dessas iria fazer a fama deles (já grande) se multiplicar por dez e perdurar por muito mais tempo. Não são poucos os casos de famosos que apresentam instabilidade mental, mas nenhum deles chegou a ir pra esse lado (os autores de atentados/massacres sempre são anônimos).

- Hoje eu paguei a fatura do cartão.

05/06/24

- Durante a Segunda Guerra o Ustase usava um instrumento denominado “srbosjek” (uma luva à qual ficava ligada uma lâmina) para degolar suas vítimas nos campos de concentração (geralmente sérvios — vide tradução

de “srbosjek” ser “mata-sérvios” — mas também judeus e ciganos). Fico imaginando, de forma bem nítida, como deve ser a sensação de passar um desses no pescoço da minha ex.

- Hoje eu fui no supermercado comprar um queijo e acabei comprando umas cenouras e batatas também; a compra acabou dando mais de 50 reais sendo que eu só tinha uma nota de 50, então paguei o resto no pix.

- Ainda bem que eu deletei praticamente tudo referente à minha ex da galeria, se não o Google Fotos iria estar mostrando coisas dela toda hora agora.

- Eu estava prestes a registrar aqui que pela primeira vez em dois anos eu irei ter um meio de ano (junho e julho) mais tranquilo quando de repente um aleatório manda uma mensagem perguntando o motivo da minha ex haver terminado comigo; ainda não o respondi, mas vou dizer que não gosto de falar do assunto.

06/06/24

- Eu chorei em julho de 2022 (por causa de mulher que eu nem cheguei ver pessoalmente) e chorei de novo em julho de 2023 (por conta da minha ex); em julho desse ano agora, 2024, isso pelo visto não irá se repetir.

- Quando voltei a escrever aqui em abril eu havia decidido passar a fazer registro de um acontecimento aleatório do dia só pra usar como referência e um desses primeiros registros foi que os filhos de um cliente do meu pai vieram olhar as maritacas aqui em casa (acho que foi um sábado); hoje eu ajudei a instalar uma gabinete no banheiro desse mesmo cliente e lá na casa dele havia uma maritaca também.

07/06/24

- Ontem tive que sair logo após o almoço pra ir ajudar meu pai em um trabalho (o de instalar o gabinete), então não comi nada de tarde; aproveitei pra emendar com a noite e só vim comer agora de manhã, tendo feito um jejum de mais de 18 horas.

- Vivendo uma vida sendo funcional e certinho você muito provavelmente será apenas mais um entre milhões, mas se você for um Jeffrey Dahmer ou um Nikolas Cruz você entrará pra história (como alguém ruim e desprezível, mas de qualquer forma será lembrado). A primeira reação que um possível leitor terá a essa minha fala é a de que devemos fazer o bem sem pensar na recompensa e blablabla; eu concordo, não espero nenhuma recompensa pra fazer "o bem" (o que é visto como tal) e nem vejo ser bonzinho como algo negativo, na verdade eu gostei de "fazer o bem" nas oportunidades que tive de fazê-lo (ainda que tenha sido pequenos gestos), a questão é que fazer coisas ruins (muito ruins, nesse caso) chama muito mais a atenção e eu quero chamar a atenção das pessoas; eu não sinto nenhum prazer doentio com a ideia de torturar e matar pessoas, mas eu sei que se eu fizer isso (dependendo das circunstâncias) ficarei famoso — e a ideia de ficar famoso me agrada muito.

- Não tenho sinto preferência por meninas brancas, na verdade eu sinto muito mais atração pelas "pardas"; entretanto, se eu tivesse pleno poder de escolha agora eu iria escolher uma branca (bem branca mesmo) magra e nova, não por eu achar mais atraente mas pra poder rivalizar com a minha ex já que o atual dela é branco.

- A greve da UFMG acabou e dentro de poucos dias haverá retorno às aulas, isso talvez signifique que logo o mesmo podo acontecer na minha

universidade; preciso estar alerta pra voltar com tudo, igual eu planejava em março desse ano (e não ocorreu por conta da greve e da minha fratura).

- Ando reparando em umas pequenas linhas de expressão na parte inferior dos olhos e estou preocupado me perguntando se elas aparecerem recentemente ou sempre estiveram aí, o ruim é que são pequenas o bastante pra não aparecerem em fotos antigas (então não tenho como verificar se realmente são recentes ou não, ao contrário dos sulcos nasolabiais, que pude constatar já ter desde adolescente). A minha aparência no geral me causa muito incômodo e eu sinto que preciso conservar ela o máximo possível até chegar nos 30 (que é quando pretendo morrer), claro que algum envelhecimento inevitavelmente ocorrerá e isso é muito doloroso (eu já disse que qualquer decadência, por menor que seja, principalmente física, é um grande tormento pra mim) mas alguma coisa eu consigo manter; pra isso, tenho que me concentrar em conservar três principais áreas da minha aparência: a pele (retardar ao máximo o aparecimento de rugas e marcas de expressão, hidratar bem, manter o aspecto liso, etc), o cabelo (garantir que a calvície não avance nas entradas e na coroa e também que o cabelo no geral não fique ralo) e a composição corporal (manter a gordura corporal o mais baixo possível dentro dos limites práticos e confortáveis, ganhar um pouco de massa muscular só pra ter definição e principalmente garantir que o rosto não engorde).

- Amanhã completa 1 ano que nos encontramos pela última vez, até pensei em mencionar aqui algumas memórias desse momento mas decidi que é melhor não, eu não vivo de passado — meu foco é no presente, e o que eu sinto no presente é ódio e ressentimento dessa vagabunda.

- Assim que as aulas voltarem eu pretendo novamente colocar em prática aquilo dos 120 dias e no final desses 120 dias pretendo finalmente

responder as mensagens que minha ex me mandou em março desse ano e esfregar várias coisas na cara dela (eu espero que eu tenha melhorado o bastante nesse período ao ponto de sentir que “tenho moral” pra fazer isso). Eu odeio a minha ex e isso é o principal sentimento que tem me movido.

- O mais benéfico pras pessoas ao meu redor (e muito provavelmente também pra um número indeterminado de pessoas aleatórias) seria que eu tivesse me churrascado ano passado ou me churrascasse agora, tendo em mente o que eu pretendo fazer no futuro. Aliás, acho provável que se houver alguém lendo isso aqui no futuro o seu pensamento, meu caro leitor, será o de que eu deveria ter acabado com a minha própria vida logo ao invés de destruir vidas alheias — uma “pena” que encontrei motivos pra viver mais alguns anos.

08/06/24

- A psicóloga na qual eu vou é outra que eu degolaria se tivesse a oportunidade de fazer isso sem qualquer consequência negativa (pelo menos passou a ser isso desde a última seção). Ela parece não entender o que eu quero dizer e nem se importa em entender (e ela deveria, já que é o emprego dela); quando eu digo o que estou sentindo em relação à minha ex (pois ela pergunta sobre isso) ela sugere que viver novas experiências marcantes pode amenizar isso e eu concordo porém falo que isso não depende da minha escolha (do mesmo jeito que a minha ex ter aparecido na minha vida e eu ter passado por aquela temporada de boa sorte não foi escolha, simplesmente aconteceu), aí ela diz que é, sim, tudo escolha e que se não for então eu sou alguém totalmente passivo que só deixa a vida me levar e me pergunta até quando vou continuar assim (querendo dar uma lição de moral, lição de moral essa que por sinal é muito parecido com o

que a minha ex veio a me dizer após o término); isso é uma falsa dicotomia, eu possuo escolhas e eu as exerço, mas não sou eu que determino as opções (eu escolhi iniciar o relacionamento com minha ex, mas não escolhi ela aparecer na minha vida). O leitor talvez pense “se tanto a sua psicólogo quanto a sua ex disseram a mesma coisa então talvez o problema esteja em você e você não se deu conta”, e a isso eu respondo que não: ambas estão erradas, a questão é que há uma série de coisas me segurando/imobilizando//prendendo na vida e impedindo que eu tome certas atitudes, então é até compreensível que essa impressão seja gerada em alguns observadores externos, mas não é quem eu sou de verdade; aos poucos essas limitações vão se desfazendo, e quando chegar o momento certo eu vou mostrar pra todo mundo do que eu sou capaz (e vocês não vão gostar). Não é atoa que a psicóloga possui o mesmo nome que a minha ex e atua na mesma área que ela está cursando.

- Preciso estar vivo em 2026 pra votar no Lula mais uma vez. É Lula de novo com a força do povo!

- Vi, no feed, alguém relatando que a Zona Sul do Rio tem ficado mais violenta e ocorrido uma série de barbaridades por lá; meu primeiro pensamento foi “boa, tomara que seja verdade e se espalhe bastante em direção à Zona Oeste” (porque o bairro da minha ex fica na Zona Oeste).

- O “tabu” que minha ex se tornou pra mim (no sentido de ser um assunto com o qual não consigo lidar bem e que me deixa alterado só de ouvir falar) é algo diferente de tudo que já senti; comparemos, por exemplo, com o sentimento que algumas pessoas tem em relação a homossexuais (sentimento o qual muita gente acha que eu também tenho): eles não podem ver ou ter qualquer contato com o tema que ficam nervosos ou enojados, preferem evitar o assunto o máximo em certos momentos e em

outros falam do mesmo “apaixonadamente” (não sei como dizer isso em português, mas quero dizer que eles fazem o que se chama “ranting”); já eu (por incrível que vá parecer para algumas pessoas), não sinto assim em relação a nenhum grupo, tema, questão ou assunto, SÓ em relação à minha ex. E o engraçado é que eu já tentei emular esse sentimento (de me importar muito, em um sentido negativo) em relação a muitas coisas (a homossexuais, a pessoas “anti-cristãs”, etc), simplesmente por eu querer sentir a excitação de me posicionar apaixonadamente contra alguma coisa; entretanto eu nunca cheguei a me sentir assim genuinamente em qualquer momento, eu consigo tolerar todas essas coisas com bastante facilidade, na verdade eu precisei fazer força justamente pra NÃO tolera-las — e eu só vim a admitir isso pra mim mesmo agora com essa questão da minha ex, porque agora, sim, eu tenho noção do que é ter esse sentimento em relação a alguma coisa de forma genuína.

- Não sinto pena do cara do filme 500 Dias Com Ela ou sequer acho o filme triste, ele pôde passar muito mais tempo com a Summer do que eu passei com a minha ex (mais que o dobro, na verdade).

09/06/24

- Confesso que sinto muita inveja de garotos novos que são “abusados” por mulheres mais velhas, mas não o mesmo tipo de inveja que os outros homens (uma parte considerável, pelo menos) expressam ao se deparar com relatos de situações assim: eles invejam apenas o contato sexual em si, é a mesma inveja que sentiriam de um homem adulto transando com uma mulher; já eu, invejo a situação como um todo. Explicando melhor, não há nada de secundário que um menino novo possa oferecer pra mulher mais velha (dinheiro, poder, status proteção, etc), então a atração que a

mulher sente pelo garoto é a mais pura e visceral possível, e é isso que eu tanto invejo — como já disse antes, minha libido gira em torno da ideia de ser desejado e sempre foi assim (desde os meus cinco anos aliás). Não sei a explicação pra eu pensar assim, não passei por nenhum trauma na infância e minha mãe não me negligenciou afetivamente; talvez tenha algo a ver com a morfologia do meu cérebro.

- Não sei se cheguei a relatar aqui, mas no final do ano passado me chamaram pra ser um dos “representantes de jovens” na igreja e eu aceitei; ainda não cheguei a fazer nada pois não fui na igreja durante algum tempo por conta do meu braço quebrado mas hoje descobri que vou ter que participar na preparação de um “louvorzão” que terá no próximo sábado. O fato de eu internamente já ter largado a crença deveria fazer disso uma experiência interessante mas a verdade é que não é nada de novo, pois eu também já descri no passado e continuei frequentando do mesmo jeito.

- Não da pra ser racional o tempo todo (isso nem faria sentido), o importante é saber distinguir o que é racional do que não é (e ser honesto consigo mesmo quanto a tal distinção); eu tenho plena consciência de que meus planos, anseios e boa parte das minhas preocupações são irracionais, entretanto eu mesmo assim os abraço.

- Os vídeos de atrocidades cometidas por cartéis mexicanos são muito famosos na internet e analistas geralmente apontam que o propósito do grau de crueldade mostrado nesses conteúdos é chocar e intimidar tanto o público quanto rivais (e estes últimos tentam apelar pra um nível ainda mais extremo de crueldade pra competir); a questão é que eles não fazem esse tipo de coisa simplesmente por sentir um prazer sádico, eles fazem tendo em mente a reação causada em quem for alcançado por tal tipo de conteúdo. O mesmo se aplica ao que eu pretendo fazer no futuro, eu não

sinto uma vontade genuína de destruir vidas alheias (exceto a da minha ex) mas sei que se eu fizer isso chamarei a atenção e terei meu nome imortalizado.

- Caso eu consiga por em prática o que eu pretendo fazer, terei realizado o que eu vejo como o suprassumo do anti-moralismo. Como já disse aqui antes, considero “moralismo” toda tentativa de aplicar “lições de moral” à vida real, e o que eu planejo é algo absolutamente anti-moral; afinal de contas, eu sou alguém “mimado”, sem nenhum “problema real” ou “dificuldade” na vida e que vai acabar com vidas alheias por pura vaidade (tendo plena consciência disso) já que sente uma ânsia enorme de ser famoso e chamar a atenção — ou seja, um comportamento extremamente absurdo e abominável aos olhos moralistas. Eu ter sucesso em minha empreitada será um tapa simbólico na cara do moralismo, estarei mostrando que posso, SIM, fazer as coisas do meu jeito, que não tenho obrigação de me submeter a nada e que posso idolatrar meu próprio ego.

- Por algum motivo eu voltei, hoje, a ficar com aquele sentimento de que “tudo acabou”, desesperança, falta de perspectiva, etc. O que me consola é que dentro de alguns dias eu poderei olhar pra como eu estava exatamente um ano atrás e concluir que hoje estou menos pior.

- Eu me lembro que em outubro do ano passado falei aqui (ou pelo menos pensei) que eu não conseguia esquecer essa situação da minha ex de jeito nenhum pois minha mente tem o talento de sempre encontrar um novo ângulo com o qual olhar alguma coisa, e a sensação é de que estou sempre sofrendo como se fosse a primeira vez, sempre tendo o mesmo choque inicial, nunca perdendo a sensibilidade. Nesse momento fazia 3 meses que o término ocorrera, hoje em dia está pra completar um ano e eu continuo me sentindo da mesma forma; durante todo esse tempo que se passou

minha menta continuou, incessantemente, a criar novas maneiras de olhar pra essa situação e focar nela incessantemente; aliás, eu diria que em certos aspectos até piorei, posso ter me acostumado com não ter mais uma namorada mas fiquei ainda mais sensível ao assunto.

- A única coisa que posso colocar em prática nesse exato momento (e já estou colocando, aliás) pra contribuir com o que eu pretendo fazer no futuro é melhorar o meu francês, já que a faculdade ainda está de greve; isso me da um sentimento de impotência, mas talvez sirva pra me encorajar quando eu voltar a ter oportunidade de fazer as coisas.

- Hoje eu realmente estou me sentindo muito mal por conta de pensamentos sobre minha ex, parece até que voltei pra outubro ou novembro de 2023; o ruim é que nem consigo me consolar pensando em melhora pois os pensamentos são justamente sobre não haver mais melhora, sobre minha vida continuar sendo o que já é (e decaindo aos poucos), sobre eu nunca mais viver algo melhor do que vivi em 2023 com ela, etc.

- Agorinha mesmo eu estava a ter lembranças bem vívidas das coisas que estavam ocorrendo exatamente um ano atrás (quando ela veio aqui ela última vez) e quase chorei. Talvez eu esteja tão mal por conta da data.

- Você (quase) sempre tem a possibilidade de por um fim na sua própria vida, nunca deixe de ter isso em mente e não aceite ter que se conformar com a realidade. “Ah mas você precisa aceitar que…” Não, você não precisa aceitar nada, existe a possibilidade de você simplesmente sair dessa realidade e você tem o direito de usa-la. Também sempre há a possibilidade de acabar com a vida de outras pessoas, apesar disso ser (talvez) um pouco mais difícil e a lógica não ser a mesma.

- Alguns meses atrás eu registrei que já estou velho demais e que a minha existência agora é como um câncer e que eu preciso conviver com isso enquanto ela dura. Reitero tudo o que eu disse nesse registro, sinto mesmo que nada mais tem graça ou sentido simplesmente por eu estar velho, tudo dá aquele sentimento de “inapropriado”.

10/06/24

- Acordei igual ontem, consumido de sentimentos negativos causados pela minha ex (frustração, tristeza, ressentimento, ansiedade e ódio). Aliás, hoje está completando um ano que não toco em uma mulher intimamente (mas tudo bem, antes eu não havia tocado é nunca).

- A primeira metade de 2024 está chegando ao fim e não ocorreu nada de muito fora do ordinário até agora (eu quebrei o meu braço e passei naquela matéria, mas no resto está bem parado e monótono); de um modo geral está sendo uma continuação menos pior da segunda metade de 2023 (o que confirma o que eu havia dito sobre o ano começar em julho pra mim daqui pra frente). Vamos ver o que virá agora no próximo semestre.

- Se por um lado ficar pensando na minha ex me machuca, por outro lado eu não quero simplesmente esquecer essa história pois eu sinto que isso não pode ficar assim — ela não pode simplesmente sair dessa numa boa, algum dia eu ainda vou me vingar.

- Esse turbilhão de emoções negativas é horrível mas ainda é melhor do que aquele sentimento “anestesiado”, é sempre bom sentir alguma coisa ao invés de sentir nada. Não é atoa que as vezes eu sinto até nostalgia dos momentos em que eu estava na pior (como por exemplo o primeiro mês

desse diário) mas sinto desgosto quando lembro de momentos nos quais eu estava “indiferente”.

- O bom é que atualmente as outras áreas da minha vida estão pelo menos estáveis, então ao menos posso sofrer “em paz”; ano passado ainda tinha a questão da faculdade e outras coisas pesando ainda mais.

- Não sei se já relatei aqui, mas como hoje esse acontecimento está fazendo um ano irei relata-lo: na última vez que nos vemos, eu e ela fomos a um motel e eu paguei mas na saída as funcionárias disseram que não havia pago e quiseram cobrar de novo; já estava tarde e o último ônibus estava prestes a passar (eu não queria de jeito nenhum que nossos pais soubessem que estivemos em um motel, além de que o caminho de volta pra casa seria perigoso a pé), então eu pensei em me deixar ser passado pra trás e pagar outra vez só pra sair logo dali, mas não foi preciso e elas nos liberaram sem eu ter que fazer isso. Minha ex diz que esse incidente fez ela me ver como fraco e passivo e que contribuiu muito pra ela perder a atração por mim, chegando inclusive a menciona-lo pra outras pessoas (sem especificar que era um motel); fico muito indignado com isso pois não acho que tive a atitude errada, a única pessoa que iria sair prejudicada seria eu (fui eu que paguei e também eu que ia pagar novo) e o mais importante de tudo pra mim na ocasião era impedir que a situação se agravasse (minha ex chegou até a falar de polícia com as funcionárias, imagina a merda que isso ia dar) e chegasse em nossos pais (de certa forma eu estava a protegendo também, imagina os pais dela sabendo que ela tava dando pro namorado). Eu odeio a minha ex.

- Eu desejo muito que essa questão da minha ex tenha uma resolução final pra mim, algo em definitivo; mas não estou falando de conversinha esclarecendo as coisas, isso nós já tivemos e só me deixou ainda mais

frustrado e ressentido. O que eu realmente anseio é que ela se foda muito ao ponto da existência dela se torne insuportável pra si mesma e que ela, de alguma forma, se arrependa profundamente de algum dia ter me conhecido (mais do que eu me arrependo em relação a ela).

- Tenho muito receio da possibilidade da minha ex engravidar, pois além de ser algo que possivelmente vá fazê-la feliz (e eu não quero ela seja feliz, eu quero que ela seja miserável) e ser um modo em que outro homem irá marca-la de forma definitiva também há o fato de que a existência de crianças irá complicar toda a história. Se algum dia eu realmente fizer algo contra ela, como ficarão os filhos? Mesmo não acreditando mais em “certo e errado” eu ainda não gosto da ideia de machucar crianças, seja diretamente ou indiretamente (tirando deles a mãe). Espero muito que ela não engravide.

- “Daqui alguns anos você vai ter esquecido sua ex e talvez até ria quando se lembrar do quanto ela importava pra você agora” Em primeiro lugar, um ano já passou e talvez eu esteja até pior agora do que eu estava antes; em segundo lugar, eu já estou velho demais, então daqui “alguns anos” eu não quero nem estar vivo.

- Minha ideologia, no momento, é odiar a minha ex. Não há mais nada que importe pra mim além disso.

- Minha ex me descreveu como alguém que “se deixa ser passado pra trás”, e engraçado que a pessoa que de longe mais me passou pra trás foi ela própria. Mas se eu tiver sorte irei fazer ela engolir de volta todas essas palavras, ela vai ver.

- Gostaria tanto de poder golpear o rosto dela com o fundo de um extintor até o crânio dela virar farelo.

- Ainda bem que eu vou me churrascar e já tenho data mais ou menos marcada pra isso; mesmo que eu fracasse em tudo e minha vida fique sendo apenas um amontoado de fracassos, coisas patéticas, decepções e inutilidade eu pelo menos não ficarei velho (mais velho do que já sou) pra ficar lembrando da minha trajetória com ressentimento — e pelo menos uma coisa dramática e marcante vai ter me ocorrido na vida.

- Pelo menos há um aspecto positivo em já estar completando um ano que estou sofrendo por conta da minha ex: significa em pelo menos uma coisa eu tenho constância. Acho que já disse isso antes há poucos dias, mas é algo que eu gostaria de pontuar mais uma vez.

- Eu diria que ontem e hoje foram os dias em que as emoções negativas provocadas pela minha ex atingiram um pico sem precedentes no ano de 2024, sendo mais intensas do que as que senti no dia 13 de maio (quando falei várias vezes, em detalhes, sobre desejar acabar com a vida dela) e até mesmo que as da terceira semana de março, quando minha ex postou fotos com outro e eu acabei vendo (sem querer) por meio de terceiros. Houve dias nesse ano em que cheguei a sentir emoções negativas com muito mais força do que agora (tanto que pensei seriamente em realizar o churrasco de imediato), entretanto as emoções de tais dias foram causadas por outros motivos (também pela minha ex, mas ela não foi a causa primária quanto está sendo agora).

- Preciso ser um pouco racional e considerar que, mesmo já havendo passado um ano que estou sofrendo por conta da ex, talvez esse sentimento não seja permanente mesmo, é possível que ao completar dois anos ele se torne irrelevante, ou então três — porém, mais do que isso é inaceitável. Eu deveria esperar mais algum tempo (e enquanto isso procurar mais coisas pra me distrair dela, o que eu não tenho feito pois estou de

braço quebrado e com a faculdade em greve) pra ver se o sentimento realmente não some, se não sumir aí vai ser o jeito aplicar a solução final. Por outro lado, eu (como relatei agora pouco) não quero esquecer dela pois esquecer dela significaria deixar a situação ficar sendo isso aí mesmo — sendo que eu quero me vingar, nem que seja um pouquinho.

- Era 22 de junho de 2023 (daqui 12 dias irá fazer um ano) quando vi que algo realmente tava errado e comecei a ficar psicologicamente abalado. Foi nesse dia que ela mandou um áudio de uns 10 minutos falando que não tava gostando de umas coisas. Eu concordei em resolver o que supostamente tinha que ser resolvido (era coisa boba) e pronto, mas ela continuou ficando cada vez mais fria e distante do mesmo jeito. No dia 8 de julho (um sábado) eu percebi que realmente estava prestes a acabar, pois ela mandou mensagem dizendo que havia perdido a admiração por mim por essa e aquela razão e que não sabia se ia voltar a ser como antes; na segunda feira eu comecei já a me preparar pro término, na terça feira eu não enviei nenhuma mensagem pra ela e nem ela pra mim, na quarta feira (12/07) eu acordei com uma mensagem de término que foi mandada durante a madrugada. Então será no dia 22 desse junho agora que eu finalmente poderei começar a olhar para como eu estava há exatamente um ano e me consolar sabendo que agora estou “menos pior” (ou pelo menos que os momentos que machucam de forma mais intensa já passaram); na verdade, desde maio eu já sentia que algo tava estranho, mas foi só em 22/06/2023 que a ficha começou a cair.

- Seis meses de euforia, ânimo, excitação, etc estão me custando um ano de sofrimento; será mesmo que valeu a pena? No início eu pensava que sim, mas agora a minha é um enfático “NÃO!”; eu gostaria de nunca ter conhecido a minha ex, não importa se eu fosse continuar totalmente virgem até hoje, essa dor simplesmente não vale a pena (é muito contraditório eu

estar dizendo isso já que agora pouquinho eu disse exatamente o contrário, que estar sofrendo intensamente é melhor do que não sentir nada; mas isso é normal, a minha mente possui diversas camadas diferentes e é capaz de chegar a conclusões opostas simultaneamente — e ainda assim, de alguma forma, harmoniza-las).

- Alguém muito otimista ou alguém que enxerga sentido e padrões nas coisas poderia dizer que esse sofrimento que passei nos últimos 12 meses (mais ou menos) é apenas oscilação de um pêndulo, já que antes disso eu tive 6 meses de “alegria”, e que isso significa que eu voltarei a ter uma temporada de alegria no futuro assim que esse período acabar. Entretanto, eu não acredito nessas coisas (não mais).

- O ruim é que bate uma curiosidade intensa de saber como ela está, ao mesmo tempo que me deparar com qualquer coisa referente a ela me deixa muito mal.

- Ainda que eu não considerasse 30 como velho a maioria das pessoas (suponho) considera (principalmente as mais novas, que é o que interessa); além do mais, a biologia não mente, mesmo que você não se considere velho com 30 o seu corpo já terá começado a decair independente disso.

- Eu já tenho planos do que fazer nos anos seguintes e uma ideia de quando irei morrer (quando eu estiver prestes a completar 30), mas a sensação é que eu já passei da hora/já estou fazendo hora extra/já estou velho demais e isso dificulta muito ter uma perspectiva de futuro (qual é a graça de viver as coisas daqui pra sempre se eu já estou velho demais pra isso?).

11/06/24

- Acabo de ter alguns flashbacks do momento em que contei dela pra minha mãe, pouco depois do natal de 2022; isso me deixou triste.

- Amanhã será provavelmente a minha última consulta referente ao braço quebrado e depois terei alta completa. Eu perdi o papel do raio X que eu deveria tirar hoje e fiquei preocupado mas acabou não precisando pois o pedido já estava autorizado no sistema da Unimed.

- Eu não gosto da minha aparência (minha aparência real, que eu posso examinar nos mínimos detalhes no espelho, não fotos) e é ruim saber que só tende a decair mais ainda por conta do envelhecimento bio-fisiológico; pra piorar, minha libido é “alta” (ou pelo menos não é baixa — apesar de em certos períodos ficar baixa de tão triste e frustrado que estou) e isso me incomoda pois eu sinto que não combina nada eu ter desejos sexuais sem ter uma aparência agradável (me refiro ao que eu, pessoalmente, considero agradável).

12/06/24

- Hoje é dia dos namorados e eu naturalmente estou me sentindo mal mas não tanto quanto eu estava me sentindo nos dias anteriores (talvez por ter sido nos dias anteriores que fez um ano desde que a minha ex veio aqui, algo mais marcante do que essa data de hoje).

- Hoje é uma quarta-feira dia 12, igual a data em que minha ex terminou comigo.

- Eu sinto que estou ficando velho demais até mesmo pra relatar certas coisas aqui nesse diário, pois há certos pensamentos e sentimentos que no meu ver são cada vez mais vergonhosos de se ter quanto mais se

envelhece — vergonhoso ao ponto de eu não conseguir conta-los nem pra mim mesmo. E isso é ruim pois gera cada vez mais a sensação de que o tempo está se esgotando.

- Hoje eu fui no médico e tive alta 100% do meu braço quebrado, agora pelo menos já posso voltar a treinar musculação. Estou feliz em perceber que mesmo tendo ficado 3 meses sem fazer atividades físicas regularmente (as vezes eu fazia algumas poucas coisas, mas não era frequente) minha composição corporal se degenerou muito pouco.

- Eu não preciso me preocupar tanto com faculdade em longo prazo pois me formar no meu curso não é algo essencial pro meu plano, o que realmente importa é que eu melhore consideravelmente minha situação acadêmica atual (ou seja, que eu seja aprovado em tudo nesse semestre) pois isso me dará mais conforto psicológico, mais confiança e principalmente mais liberdade do que fazer pra seguir os primeiros passos do meu projeto. Se completar meu curso realmente fosse algo tão importante pra mim então eu estaria lascado, pois só devo me formar quando eu já estiver mais próximo dos 30 do que dos 25 e, como já disse, não quero viver além dos 30 (na verdade, até mesmo ter 24 já está me causando muita agonia, mas pelo menos ainda é suportável).

- Ontem eu vi que um cara de nome “Thiago Ribeiro” reagiu a uma conquista da minha ex no Duolingo e como o avatar dele parece com a fisionomia do atual namorado dela eu imaginei que talvez fosse o próprio (inicialmente eu pensava que fosse outro perfil que eu também vi no Duolingo, um tal Kaique Balbi — não lembro como se escreve); entretanto, acabo de ver por coincidência o perfil desse Thiago aparecendo no feed e percebi que não é ele.

- Acabo de ouvir alguém (irmão Eduardo) falar com sotaque carioca e isso foi o bastante pra me trazer na memória a minha ex, a família dela, o lugar onde eles moram, etc; isso me provocou um turbilhão de pensamentos negativos em relação a ela, lembranças, questionamentos, etc e agora estou muito mal novamente, com uma leve vontade de chorar, os batimentos acelerados e a respiração difícil — estou em estado de alerta.

- Engraçado que no início do término eu ouvia falar que você só supera, em média, após uns 8 meses e achava isso tempo demais; no presente momento já se passou muito mais que 8 meses e eu continuo psicologicamente no fundo do poço por conta daquela vagabunda (eu odeio a minha ex). Não o duvido que daqui mais um ano, quando for junho de 2025, eu vou continuar do mesmo jeito que estou agora.

13/06/24

- Acabo de acordar e sonhei de novo com a minha ex, não lembro exatamente o que foi mas no sonho ela mandava mensagem falando de alguma coisa e eu arquivava as mensagens pois não queria ler na hora. Agora estou, obviamente, afetado com isso (mais ainda); chego a sentir no meu corpo os efeitos desse sofrimento, como calafrios e moleza.

- Já posso "decretar" que mais uma vez estou no mesmo estado crítico em que estive em momentos como agosto e outubro do ano passado ou fevereiro desse ano, sentindo um misto de emoções negativas tão forte que chego a ficar fisicamente indisposto e nada mais tem graça/tudo gera mais angústia. Estranho que dessa vez não houve nenhum gatilho, a razão (obviamente) é a minha ex mas não ocorreu nada recentemente que provocasse isso. Estou pensando, pela primeira vez desde fevereiro,

pensando bem levemente na possibilidade de churrasco (no caso, o churrasco imediato).

- Passaram-se 1295 dias entre a data em que foram feitas as acusações de p***f*lia contra o PC Siqueira e o auto-extermínio do mesmo. Ele já possuía pensamentos sobre acabar com a própria vida há muito tempo, mas imagino que tais acusações foram o principal fator que levou a esse fim (afinal de contas, ele perdeu tudo dali pra frente). Interessante que esse período bate mais ou menos com a primeira etapa da minha "era" atual, que eu considero ter sido entre 16/01/2020 e 12/07/2023 (ou então 19/10/2023; ainda fico um pouco na dúvida mas acho que 12/07 é mais apropriado); além de tudo, ambas as datas referentes ao PC Siqueira foram quartas-feiras, assim como foi o dia em que a minha ex terminou comigo.

- Além de querer pôr em prática os meus planos, outro principal motivo que atualmente me impede de pensar no auto-extermínio imediato (ou seja, me "desviver" agora ao invés de me "desviver" daqui alguns anos e em um contexto específico) é a ideia de que isso estaria sendo uma vitória final pra minha ex (como se ela fosse tão "poderosa" que tivesse o poder de me matar sem mover uma palha; eu desconfio muito que ela adoraria saber que eu me matei por conta dela e por isso não quero dar a ela essa "alegria"). Entretanto, eu também penso que continuar como estou agora e deixar essa história simplesmente acabar como está é um fracasso muito maior do que tirar minha própria vida por conta dela (além de que não seria só por conta da minha ex, há uma série de outros fatores que já relatei aqui); as coisas não podem ficar assim, eu desejo mais que tudo que elas tenham um desfecho climático, mesmo que esse desfecho seja uma tragédia na qual a única vítima serei eu próprio — afinal de contas, o sofrimento ainda é uma emoção intensa e o que eu quero é intensidade; sofrer é melhor do que não sentir nada. Entretanto, é claro que há outras

opções muito melhores que o auto-extermínio e é atrás delas que eu pretendo ir, estou apenas dizendo que me “desviver” é menos pior do que simplesmente esquecer tudo (porque esquecer tudo vai ser como se eu tivesse sofrido tudo isso em vão, sem culminar em um desfecho, sem causar consequências pras outras pessoas que façam elas se lembrarem de mim e do que eu senti).

- Hoje um primo meu que mora no exterior veio aqui em casa, a última vez que ele havia passado aqui foi em abril de 2022.

- Ontem eu furtei mais duas coisas, de manhã uma bebida proteica no supermercado aqui perto de casa e de tarde dois prestobarbas três lâminas no supermercado que fica perto de onde a psicóloga atende.

- Meu objetivo principal no momento é passar em todas as matérias nesse semestre, se eu conseguir isso (e acho que vou conseguir, pois eu consegui passar em química orgânica no semestre passado — algo que eu já imaginava ser impossível); se eu conseguir isso, penso que haverá muitas consequências positivas (tanto internas quanto externas a mim) e eu estarei em uma posição muito melhor pra planejar os próximos passos. Já estou pronto, só falta a greve acabar.

- Eu penso em me churrascar justamente PORQUE eu me amo, tirar minha própria vida é algo que eu pretendo fazer em BENEFÍCIO próprio. Por isso, não acho que no meu caso faz sentido falar em “jogar a vida fora por conta de outra pessoa”, porque se eu fizer auto-extermínio será para o meu próprio bem e eu só não o faço JUSTAMENTE por conta da minha ex (eu quero dar um desfecho pra essa história ainda) — ou seja, é exatamente o contrário do que as pessoas falam.

- Se eu me churrascar vai ser porque eu não tive a oportunidade de churrascar outras pessoas; pois, acredite, se eu tivesse a oportunidade eu desviveria dezenas (talvez centenas) — o problema é justamente eu não ter a oportunidade. Eu não romantizo o auto-extermínio, ele é só um prêmio de consolação (se feito sozinho) ou então um escape (caso feito logo após a realização de alguma atrocidade).

- Eu ando pensando muito em cenas de minha ex sendo degolada ou decapitada (também ferida de outras forma, como queimada com fogo, desfigurada por ácido, tendo o crânio esmagado por um extintor de incêndio, etc; mas principalmente decapitada ou degolada). Mentalizo bem nitidamente um canivete abrindo um corte diagonal logo abaixo de onde fica orelha e esse corte se abrindo cada vez mais, depois aparece um facão pra dar golpes onde o corte já está bem aberto até decepar a cabeça por completo.

- Se alguém que é próximo de mim lesse os registros onde digo o que eu gostaria que fosse feito com a minha ex provavelmente iria pensar que eu nunca teria coragem de fazer algo assim; eu discordo dessa pessoa, pois eu originalmente não tinha nem mesmo coragem de mentalizar essas coisas e entretanto aqui estamos — um primeiro passo já foi dado. De igual modo, eu também achava auto-extermínio algo inimaginável até um ano atrás e de repente passou a ser uma possibilidade muito real; então, por favor, não duvide de mim e não me subestime.

14/06/24

- Hoje eu acordei mais uma vez com a sensação de "acabou", indisposto e com temor de tudo. Entretanto, é possível (talvez até provável) que uma

hora isso passe, então não posso desanimar totalmente; o bom das aulas ainda não terem voltado é que esse desânimo não irá afetar meu desempenho acadêmico igual sempre afetou.

- Eu não estou escrevendo esse diário simplesmente pra registrar meus pensamentos e meu cotidiano, se fosse só por isso eu nem estaria a escrever nada aqui (é apenas um bônus) eu estou escrevendo esse diário para documentar minha trajetória ao clímax da minha vida (esse é o tema principal) — ainda não sei se tal clímax se dará por meio de suicídio ou homicídio seguido de suicídio, mas ele vai chegar e eu não sairei vivo da conclusão desse diário.

- De um modo geral eu, no fundo, sempre pensei como penso agora (em relação à realidade, ao “Fluxo” e tudo mais que relatei quando voltei a escrever esse diário); a questão é que minhas emoções (talvez por falta de auto-conhecimento) me levavam a aderir a valores e ideologias “irracionais” e negar pra mim mesmo o que eu reconhecia como verdade, o exemplo mais óbvio disso é a religião cristã mas também houve períodos no qual eu não tive religião (pelo menos não internamente) mas me apegava a conceitos de “certo” e “errado” do mesmo jeito e no fundo acaba sendo a mesma coisa — e essa dissonância cognitiva entre a realidade nua e crua e o sistema de valores ao qual eu aderia uma hora acabava me desestabilizando (já falei aqui anteriormente dos “pontos fracos”) não importa o quanto eu tentasse ignorar, negar, etc. Portanto, eu não deixei a fé cristã por conta de algum problema com o Cristianismo, eu deixei a fé cristã por conta de um problema em mim mesmo: percebi que eu só cria por crer, pra ter uma identidade e pra ter algum valor maior ao qual me apegar; portanto, bastou atingir um grau mais elevado de auto-conhecimento para perceber que não havia motivo pra continuar assim.

- Hoje meu irmão veio aqui em casa e ele trouxe uma foto emoldurada onde está toda a família e foi tirada em maio do ano passado (creio que no dia das mães), percebi por essa foto que em meados do ano passado eu realmente estava mais cheinho e nem me dava conta disso. Suponho que isso influenciou um pouco em minha ex querer terminar comigo (ainda bem que já emagreci).

- Quando aquela Patrícia Moreira virou notícia em 2014 por conta de ter sido filmada dizendo “macaco” a vida dela desmoronou e havia inclusive gente querendo que ela fosse linchada, por conta de um simples insulto. Se isso não é considerado um exagero absurdo, então sentir vontade de torturar e matar minha ex por ela ter me deixado daquela maneira também não é.

- Hoje de noite eu fui na igreja pra ajudar na decoração pro evento que ocorrerá amanhã e isso, por algum motivo, me deu várias lembranças de quando eu saí de noite com a minha ex.

- Uma das “desigualdades” que mais me deixa “revoltado” é que eu fui apenas uma nota de rodapé na vida dela enquanto ela tem essa importância tremenda pra mim mesmo um ano após o fim do relacionamento; ela já namorou outros (tanto antes quanto depois de mim), passou muito mais tempo com eles e fez muito mais coisas também, enquanto ela foi a única mulher com quem eu tive contato na vida. Mas se eu tiver sorte na vida as coisas não ficarão assim, ainda vai chegar o momento em que eu irei me fazer alguém de importância extrema pra ela (no MAU sentido…pra bom entendedor meia palavra basta).

15/06/24

- Ontem de noite eu vi nas notícias que a greve vai continuar. Que bom que eu já me planejei pra ela só acabar em agosto (e as aulas voltarem setembro).
- Continuo a sentir intensamente aquela sensação de que minha data de validade expirou e que a minha existência agora é um tumor. Eu já mencionei que isso faz com que eu deixe de ter prazer nas coisas e ver sentido nelas (pra minha mente, nada mais vale a pena quando se é velho), mas esqueci de mencionar que isso também faz com que eu cada vez mais tenha vergonha de ser visto pelas pessoas.
- Eu preciso estar pronto para cometer homicídio-suicídio ou pelo menos suicídio a qualquer momento pois se qualquer coisa der errado em uma escala irreparável eu já terei um caminho certo a seguir — isso é sobre ter controle e segurança. Há milhões de outros caras ao redor do mundo mais ou menos na mesma situação que eu, mas ter a coragem de tomar tais medidas drásticas é o que irá me distinguir da maioria deles e o que me dá uma certa paz (aliás, acho absurdo ver casos de rapazes em situações até mais degradantes e deprimentes que as minhas e sequer pensarem na possibilidade de tirarem suas próprias vidas).
- Acho que o meu rosto sai razoavelmente bem em algumas fotos, mas em movimento parece que ele fica algo disforme, sem identidade e definição; uma coisa é ser feio e ter traços característicos e bem desenhados, outra coisa é ter um rosto que parece massinha de modelar (só que não modelada). Eu não consigo “computar” direito como é o meu rosto e isso me incomoda, é como se eu nunca soubesse exatamente como é a minha aparência independente de quantas fotos eu olhe e quantas vezes eu me veja no espelho. Não é uma cisma que tenho comigo mesmo, pois reparo o mesmo em algumas outras pessoas.

- Ver as pessoas chegando de outras cidades pro evento que ocorreu hoje na igreja me lembrou da minha ex vindo aqui com a família dela. Tirando isso, o evento foi legal, mais legal do que eu esperava que eu fosse achar.

- O dia em que chorei pela última vez (de escorrer lágrimas) foi 7 de novembro de 2023, acabo de conferir; espero que eu complete um ano sem chorar dessa vez. Em julho de 2022 estava pra fazer 9 anos que eu não chorava mas aí graças a uma paixonite virtual (Catherine) eu chorei diversas vezes no segundo semestre desse tal; depois, em 2023, eu chorei diversas vezes, também no segundo semestre, por conta da minha ex; se 2024 for o ano da minha reconstrução/reforma/recuperação então a ausência de choro será o símbolo.

- Tinha pelo menos umas 3 ou 4 novinhas bonitinhas entre os visitantes do culto de hoje e acho que a que mais chamou minha atenção foi uma de Viçosa que é bem baixinha tem o rosto meio quadrado (igual minha ex).

- Eu gostaria de poder eletrocutar a genitália da minha ex, não por algum fetiche doentio ou qualquer coisa do tipo mas simplesmente porque eu a odeio.

16/06/24

- No meu ver pessoal, ter a determinação de praticar o auto-extermínio é o que difere os escravos dos homens livres; quando digo “escravo” não necessariamente me refiro a ser escravo de outras pessoas, mas escravo da própria realidade (o envelhecimento bio-fisiológico e a efemeridade das coisas) — acabar com a sua própria vida é se rebelar contra isso e mostrar que você não é obrigado a aceitar tais coisas só porque “é a realidade” (entretanto, a grande maioria das pessoas aceita resignadamente e muitas

ainda por cima vêem essa aceitação como algo positivo, o que pra mim é um completo absurdo).

- Hoje eu fui entregar algo pra um tio meu e como na casa dele não tem campainha e nem interfone eu tive que gritar “Tio Zé”, isso me deixou mal pois me lembrou que a minha ex chamava o padrasto dela da mesma forma (“Tio Zé”).

- Hoje faz exatamente 222 dias desde que chorei pela última vez, isso é interessante pois só agora eu fui parar pra pensar procurar esse dado e registra-lo.

- Eu diria que 2021 (mais especificamente entre meados de 2021 e o início de 2022) foi a única época na vida em que eu fui genuíno comigo mesmo (tirando essa época atual), pois nesse período eu não aderi a nenhuma crença (seja religiosa, moral, ideológica) que me fizesse entrar em dissonância cognitiva e auto-negacionismo (faço aqui uma distinção entre “auto-negação”, que seria negar os próprios desejos ou a própria “natureza”, e “auto-negacionismo”, que seria suspender o julgamento racional e negar informações que o sujeito sabe serem verdadeiras apenas porque contradizem o seu sistema de crenças). Coincidência ou não, também considero essa a melhor época da minha vida antes da época em que conheci minha ex: entrei na faculdade e passei em tudo (porque ainda era remoto, mas passei), ganhei duas novas aves quase ao mesmo tempo, fiquei (mais ou menos) em forma o ano todo, estava assistindo filmes e séries constantemente (o que foi um novo hobby muito legal pra mim, tendo em vista que antes eu nem tinha muita paciência pra assistir coisas; querendo ou não, é um enriquecimento cultural), etc.

- Eu posso estar com vontade de me churrascar, mas ao contrário de antes eu não estou realmente cogitando a possibilidade de fazer isso de imediato; esse é um ponto importante, pois reflete eu agora ter razões definidas pelas quais continuar e auto-controle o bastante pra me ater às mesmas. Em outubro e novembro de 2023 eu tinha vontade E intenção de me churrascar, assim como em fevereiro de 2024; em agosto de 2023 eu tinha vontade mas não tinha intenção pois sequer reconhecia aquilo como vontade.

- Há certas épocas da minha vida em que eu sinto que as coisas estão "progredindo", indo em direção a um acontecimento climático, e épocas em que eu pareço estar em um "limbo"; falando assim parece bem normal, alguns até diriam que é aquele ciclo de "mania e depressão", mas eu acho que não pois eu diria que é algo externo a mim. Não só é perfeitamente possível como já ocorreu várias vezes de eu estar animado, motivado e com perspectiva de futuro durante uma época de "baixa" e o contrário (depressivo, me sentindo esquecido, desmotivado, indisposto, etc) em uma época de "alta"; é algo 100% fruto de coisas externas a mim, parece que há temporadas em que a realidade e o mundo ao meu redor como um todo (não necessariamente a minha vida pessoal, mas também não estou falando de acontecimentos lá do outro lado do mundo — apenas da realidade imediata a mim) estão caminhando para um clímax (ou pelo menos "avançando") e temporadas em que tudo passa um ar morto e parece estar "dando em feijoada" ("dando em nada", "acabando em pizza", etc). Diria que o início de 2018, o início de 2020, o início e também o final de 2021, o início de 2022 e o início de 2023 foram épocas de "alta"; já 2019 como um todo, a maior parte de 2020, alguns pontos específicos de 2021 e a época que estou vivendo atualmente (junho de 2024) desde que a minha ex terminou comigo em julho de 2023 são exemplos de "baixa" — e

também há épocas que não se encaixam em nenhuma das duas categorias.

- Certas coisas que aqui registro são fruto das minhas emoções e não de reflexões racionais (coisas que vejo como objetivamente verdadeiras), sempre busco deixar claro que faço essa divisão e sei distinguir quais pensamentos meus são fruto de cada uma mas reafirmar isso nunca é demais. Um exemplo é como eu vejo o sexo oposto, pois atualmente tenho sentimentos um tanto misóginos (em grande parte provocados pela minha ex) e enxergo “as mulheres”, coletivamente, como sem coração, manipuladoras, despeitadas, arrogantes, ultra-exigentes, extremamente privilegiadas, etc; mas no final das contas eu não acredito que haja grandes diferenças entre homens e mulheres, penso que muitas das coisas ruins que elas fazem são produto do paradigma social no qual nos encaixamos (principalmente no que diz respeito aos privilégios sociais dos quais elas desfrutam) e não de divergências inatas entre os sexos — ou seja, racionalmente enxergo mulheres como iguais, nem melhores e nem piores do que homens.

- Reparo que ultimamente eu mal tenho mencionado, de forma explícita, os conceitos de Fluxo e Vontade. Garanto que não é por abandono, esses conceitos estão presentes o tempo todo nos meus pensamentos, mais do que nunca; o problema é que por algum motivo eu acho chato e até meio ridículo ficar mencionando-os por nome, mas eles fazem parte integral dos meus processos de pensamento (e, portanto, implícitos em meus registros — por exemplo, quando eu digo que é melhor sofrer do que não sentir nada estou fazendo alusão ao Fluxo, e quando eu digo que estou determinado a ir atrás de certas coisas mesmo sabendo que elas não têm sentido estou fazendo alusão à Vontade).

17/06/24

- Estou prestes a voltar pra academia (dessa vez em outro lugar) e já estou com muito medo de na hora da avaliação física a minha altura ter diminuído, se isso ocorrer irei ficar muito complexado.

- Eu estava me lembrando daquilo de dividir o tempo em períodos de 120 dias e me dei conta que o período atual (iniciado 16 de março) ainda não acabou, só vai acabar mês que vem — e vai coincidir com eu voltar a treinar musculação e possivelmente voltar às aulas, então fez bastante sentido.

- Fui atrás de ver qual foi o momento exato em que fiz o primeiro registro de auto-extermínio (referente a esse diário) e descobri que foi 13:16 do dia 19 de outubro de 2023; considero essa a data do meu nascimento.

- Pesei hoje e deu 80.5kg, 1kg a mais que semana passada; apesar de não ser motivo pra alarmismo (há vários fatores que podem explicar a diferença), vou passar a controlar um pouco mais a dieta nos próximos dias.

18/06/24

- Ultimamente eu tenho passado boa parte do dia ajudando na marcenaria, isso acaba me tirando energia pra escrever aqui (o que é ruim, pois registrar coisas aqui se tornou algo pelo qual eu prezo bastante) mas o lado bom é que vai me render dinheiro — e juntar dinheiro é fundamental pros meus objetivos.

- Eu não sou um indivíduo, eu sou várias pessoas diferentes que compartilhando o mesmo corpo e mente, então é como se eu fosse uma

comunidade, uma família ou mesmo uma nação inteira; não existe "apreciar a própria companhia", o que existe são pessoas diferentes dentro do mesmo sujeito apreciando a companhia umas das outras — também não existe "estar bem consigo mesmo", o que existe é um sentimento de união e empatia dentro da sociedade que habita o sujeito. Entretanto, para o mundo externo eu ainda sou um indivíduo, então mesmo que as atitudes tomadas por uma das inúmeras pessoas que vivem em "mim" não tenham a ver com as de seus compatriotas a nação toda será julgada coletivamente e as consequências virão para todos independente da sua responsabilidade; portanto, é necessário as pessoas dentro de "mim" pensem no bem "comum" e ajam em harmonia umas com as outras — é por isso que eu sou nacionalista.

- Acabo de ver uma postagem mencionando o bairro do Rio de Janeiro onde minha ex mora e isso foi o bastante pra acabar com o meu dia (o restante dele); entretanto, dessa vez não foi só por me lembrar dela mas também por me empurrar em um espiral de pensamentos sobre como estar vivendo em uma cidade pequena (ao contrário dela, que vive em uma metrópole) me privou e está me privando de infinitas oportunidades — e me mudar pra uma metrópole é fora de cogitação, pois isso é algo o qual eu só estarei livre pra fazer quando eu já for velho demais (não que eu seja novo agora, mas ainda não sou tão velho também) e eu não quero estar vivo nessa hora.

- Muitos líderes nazistas pensavam que seria melhor a Alemanha, nação que tanto amavam, sucumbir e desaparecer do que ter um futuro sob o julgo dos judeus e bolcheviques — inclusive foi isso que motivou Joseph Goebbels a matar todos os seus filhos antes de tirar sua própria vida. Obviamente isso tudo era uma grande bobagem, assim como a ideologia nazista como um todo, mas eu penso algo parecido em relação a mim

mesmo: acho que é melhor morrer do que permitir que eu envelheça (no caso, ficar ainda mais velho, chegar nos 30); por isso (por amor a mim mesmo), irei fazer o auto-extermínio quando for chegada a hora apropriada.

19/06/24

- Acho que minha libido está alta novamente, hoje no serviço eu olhei pra uma chapa de mdf sendo medida, bati o olho no 1.47 e já imaginei uma novinha magrinha cintura violão de 1.47 deitada ali, fiquei excitado e até salivei.

- Por que o suicídio? Pois eu considero que por um fim no envelhecimento vale mais a pena do que poupar amigos e familiares da dor que isso irá causar. Por que o homicídio? Pois eu considero que me tornar conhecido e ser comentado pelas outras pessoas vale mais a pena do que preservar a vida alheia. Eu sou extremamente egoísta e estou consciente disso.

- Confesso que não consigo ver nenhuma graça em supostas recompensas do mundo espiritual, as coisas as quais eu mais cobiço, desejo e invejo são coisas completamente mundanas e de certa forma até “fúteis”. Eu penso que estar na pele de um rapaz jovem de boa aparência (igual aqueles prettyboys do Tiktok que as meninas jovens tanto adoram) e com boas condições financeiras, geográficas, etc é milhares de vezes mais atraente do que “ir pro céu” ou qualquer coisa assim — e eu sei que nunca terei essa vida (até porque já estou velho, mas não só por isso), esse é o motivo que tanto me consterna.

- Ando percebendo umas marcas de expressão horrorosas debaixo do meu olho direito (que normalmente não são tão perceptíveis mas da pra observar bem se eu chegar bem perto do espelho e tiver iluminação de

lado), não sei se já estavam ali mas o meu temor é que tenham surgido agora; sinto como se houvesse um tumor (o tumor do envelhecimento bio-fisiológico) se espalhando lentamente pelo meu corpo e que o mais apropriado pra mim fosse me sacrificar de uma vez antes que ele se espalhe mais (igual fazem com as pessoas infectadas em filmes de apocalipse zumbi).

- Eu geralmente gosto de novinhas mas também há um número considerável de moças da minha idade e até mais velhas (porém não muito mais velhas) que eu também acho atraentes. Aquela ex do PC Siqueira já tem 27 anos atualmente (mais velha do que eu e quase chegando nos 30) e é muito gostosa (eu acho, pelo menos).

- Acabo de receber a notícia que o fim da greve na minha universidade foi aprovada e que as aulas estão previstas pra voltar dia primeiro de julho. Ótimo!

20/06/24

- Não admito que minha ex pontue mais do que eu no Duolingo, então estou usando boa parte do meu tempo livre (que ultimamente está menor, já que ando bem ocupado) para superar a pontuação que ela fez no dia.

- Uma das coisas que eu tinha anotado pra registrar aqui é explicar detalhadamente qual é o meu objetivo final e os passos que preciso tomar, mas acabei me dando conta de que já falei dessas coisas aqui faz poucas semanas. Eu poderia repetir tudo (já que sempre gosto de repetir as coisas com outras palavras e com mais detalhes), mas acho melhor não já que ainda tenho muito chão pela frente e boa parte dos meus planos pode mudar.

- A atual “temporada” de registros aqui nesse diário já superou a primeira (20 de outubro a 22 de dezembro) em duração e eu nem reparei.
- Abri o Instagram, vi uma foto de um casal (conheço ambos do fb) e reparei que havia o nome da minha ex nas curtidas, isso me deixou mal.
- Hoje falta 815 dias para o “prazo” que dei a mim mesmo de ajeitar minha vida de uma vez por todas (que seria um dia antes de completar 27); de igual modo, também faz 815 dias desde a data de 28 de março de 2022, uma segunda feira após o Oscar na qual eu senti que alguma coisa (por algum motivo) mudou por dentro de mim e fez eu ficar mais emotivo.

21/06/24

- Eu não só me enxergo como vária pessoas diferentes (uma verdadeira tribo) como também enxergo diferentes gerações de pessoas sucedendo umas às outras com o passar do tempo; a minha geração atual, por exemplo, surgiu no período de “gestação” (os 99 dias entre minha ex terminar comigo, 12/07/2023, e eu decidir pela solução final, 19/10/2023), e a geração anterior surgiu em janeiro de 2020 e agora está aos poucos morrendo e sendo suplantada pela geração atual. As saudades e o afeto que eu ainda sinto pela minha ex são elementos da geração anterior e na medida que seus membros morrem esses sentimentos vão desaparecendo; já o rancor, raiva, ressentimento, etc são elementos da nova geração — e a nova geração toma as dores da geração anterior e anseia por vinga-la (isso é um exemplo de como as diferentes pessoas dentro de mim colaboram umas com as outras). Estou usando meus sentimentos em relação à minha ex como exemplo mas isso se aplica a tudo; por exemplo, a geração anterior a 2020 (que eu considero ter surgido no início de 2018) tinha uma

cisma com “asiáticas cadeirantes e fofinhas” e essa cisma perdurou ainda por algum tempo após o surgimento da nova geração (isso ocorre pois quando surge uma nova geração a geração anterior não morre de imediato).

- Não sei se é real ou cisma minha mas to com a impressão de que o meu rosto ta ficando muito envelhecido e cheio de marcas expressão, rugas, etc. Desde sempre eu me preocupo e reparo nesses detalhes do meu rosto, mas fiquei com a impressão de que envelheceu de uma hora pra outra agora por último. Isso me deixa muito mal.

22/06/24

- Há exatamente um ano eu acordei com um áudio de 10 minutos (algo me torno disso) da minha ex reclamando de várias coisas no relacionamento (coisas que, como eu já disse, eram bobas e eu fiz questão de consertar de imediato mas não adiantou nada); foi nesse ponto que o meu sofrimento teve início, eu ainda estava em um relacionamento com ela mas a sensação é de que já estava tudo falido (e realmente estava) e eu não senti mais alegria dali pra frente (não se compara com o sofrimento que veio logo após o término, mas a questão é que foi ruim o bastante pra eu, hoje em dia, olhar pra trás e saber que agora estou melhor).

- Perceber que eu sou várias pessoas e não um indivíduo faz toda a diferença em evitar dissonâncias cognitvas, o aparecimento de “pontos fracos” (conceito que já mencionei antes) e crises de identidade no geral; estou me dando conta de que muitos sofrimentos internos vivenciados por mim são provocados porque certas pessoas querem se impor sobre as outras ou mesmo extermina-las. Por exemplo, dentro de mim há pessoas

“molengas” (mais emocionais, empáticas, frágeis, ansiosas, apreensivas, melosas, etc) e pessoas “duras” (mais resilientes, assertivas, ambiciosas, etc), muitas vezes as “duras” tentaram suprimir as “molengas” e acabou dando certo nos momentos iniciais mas futuramente resultando em fortes turbulências internas pois o setor “molenga” da minha “população” não sumiu e cada vez mais quis ter seus anseios ouvidos; também já ocorreu dos “molengas” estarem prevalecendo em certas épocas e isso gerar uma reação exagerada dos “duros”, e isso também me causava insatisfação pois quando os “molengas” prevalecem eu passo a ter uma auto-imagem de alguém frágil, dócil, inofensivo, etc (e desconstruir uma auto-perpeção é algo que incomoda); de igual modo, o problema da minha conversão ao Cristianismo (já discorri sobre tal assunto anteriormente) se deu pela mesma dinâmica, pois só alguns setores da minha “população” interna abraçaram a crença mas esses setores prevaleceram ao ponto de oficializar sua fé como a minha (eu, Leonardo Meira, como um todo) fé e naquele momento inicial em que tudo estava indo bem o resto da “população” aceitou a mudança tranquilamente, entretanto assim que uma série de fatores externos começaram a mudar (minha ex terminar comigo, eu me dar conta de que já estou velho e que além disso também estou atrasado em muitas coisas na vida, a Loura morrer, eu passar pelo efeito do desmame daquele remédio, problemas na faculdade, sobrepeso, a ideia do auto-extermínio surgir em minha mente, etc) o descontentamento do restante da população (incluindo tanto o setor “molenga” quanto o “duro”, pois a fé que eu professava tinha grandes pontos de discordância com ambos jeitos de ser) cresceu vertiginosamente — e mesmo assim eu ainda me mantive oficialmente cristão por muitos meses pois não queria dar o braço a torcer e admitir que minha escolha foi errônea e baseada no calor do momento; isso levou a uma série de cômicas auto-contradições, como continuar professando o Cristianismo tanto pra mim mesmo quanto pro mundo

externo (inclusive, foi nesse período que eu me batizei) enquanto tinha pensamentos constantes de niilismo, auto-extermínio, etc (e eu estava ciente de tal auto-contradição, mas optei por simplesmente deixar rolar); e quanto mais o tempo passava mais eu ficava cristão (pra mim mesmo) apenas nominalmente, até que no início de abril desse ano eu finalmente admiti pra mim mesmo que não tenho mais aquela fé e aderi ao Fluxismo.

- Odiar a minha ex e optar pelo auto-extermínio (e também, em menor grau, por aquela outra coisa) são posicionamentos que, ao contrário de tantos outros posicionamentos anteriores, foram aceitos quase que por unanimidade pelas várias pessoas que habitam em mim; sinto, no meu íntimo, que é exatamente isso que eu quero, que ansiar por isso não implica em auto-negação de nenhum aspecto da minha pessoa, é por essa razão que esses objetivos/desejos têm perdurado por tanto tempo sem cessar — em outras palavras, eu sinto que me encontrei como pessoa; finalmente descobri o destino manifesto da minha nação (a das pessoas que em mim vivem). De agora em diante usarei esse fenômeno como referência sempre que eu for tomar novas decisões, adotar novos objetivos, explorar novas possibilidades e modificar minha auto-perpeção; agora eu tenho uma noção de como é ter validação interna e a buscarei sempre que possível, procurando satisfazer ao máximo todas as pessoas que habitam em mim ou pelo menos não as perturbar/incomodar.

- De certa forma, perceber que eu sou várias pessoas ao invés de uma faz até com que eu me sinta menos sozinho, pois ninguém mais vai “me” conhecer melhor e ser um melhor amigo pra “mim” do que as pessoas que compartilham o mesmo corpo e mente que eu, ninguém mais vai compreender tão bem os meus problemas e desejos, ninguém mais vai querer tanto o meu bem (até porque é, literalmente, o bem deles também), etc; eu sinto que não preciso mais me preocupar tanto se outras pessoas

(gente externa a mim) vão me ver negativamente por eu odiar minha ex, por querer fazer aquelas coisas só pra ficar conhecido e sentir um pouco de adrenalina, por possivelmente acabar destruindo a vida dos meus familiares e amigos, por querer acabar com a minha vida só pra não envelhecer, etc pois as pessoas que vivem em mim já aceitam todas essas coisas e é a aprovação delas a que mais importa. Quem diz que é preciso amar a si mesmo e ter validação interna não está errado, o erro deles é passar a ideia de que é você fazendo coisas com você mesmo (você aproveitando sua própria companhia, você se auto-apoiando, você sendo bom consigo mesmo, você se auto-encorajando, etc), pois isso realmente tem um ar meio solitário e patético; a verdade é que não é você com você mesmo, são as pessoas dentro de você (pessoas distintas) apoiando umas às outras, e ver a situação dessa forma faz toda a diferença pra mim.

- É até bom que a minha ex tenha desativado o perfil anterior dela, pois eu costumava marca-la em várias publicações e agora o Facebook fica mostrando lembranças dessas mesmas publicações toda hora (e ver o nome dela lá certamente me deixaria bem mal).

- Talvez pareça auto-contraditório eu falar de validação interna (as pessoas dentro de mim aceitarem por unanimidade os meus posicionamentos, decisões, etc) ao mesmo tempo que anseio por ficar conhecido e famoso, por causar impacto em vidas alheias, por ser alvo do interesse de uma mulher, etc, mas não é; a validação interna da qual eu falo consiste apenas em “eu” aceitar “minhas próprias” atitudes sem ter o sentimento de que estou negando/suprimindo algum aspecto do meu ser (ou seja, as inúmeras pessoas dentro de mim aprovarem de forma unânime o que eu faço e/ou penso), ao ponto de que se o mundo externo disser que algo é errado mas eu genuinamente sentir internamente que aquilo é certo eu vou certamente continuar achando que aquilo é certo (posso até fingir que não, mas por

dentro continuarei com o mesmo posicionamento). Eu quero causar impacto em vidas alheias e estar na boca e nos pensamentos dos outros por pura vaidade, não por considerar a opinião do mundo externo mais importante que a do mundo interno (o que eu estou dizendo é que desejar atenção alheia por vaidade é diferente de querer que outras pessoas lhe dêem aprovação); aliás, por mais irônico que soe, o desejo por atenção e fama é justamente um exemplo de auto-validação, pois apesar do mundo externo enxergar isso como algo de gente vazia, superficial, imoral, etc as pessoas dentro de mim aprovam esse desejo de forma unânime (as que não o buscam ativamente pelo menos aceitam/aprovam que as demais o busquem) — ou seja, é algo pelo o qual eu anseio genuinamente e não vou deixar de buscar só porque o mundo externo vê de forma negativa.

23/06/24

- Ontem de noite, logo antes de dormir, fiquei lembrando de como a minha ex tem amigos, vida social e as vezes ia em festas e isso me deu uma sensação muito ruim pois fez eu pensar em como eu sou sozinho; e o problema nem é exatamente eu ser sozinho mas, sim, já ser tarde demais pra consertar isso (geralmente é na adolescência que as pessoas fazem amigos, criam laços, vão em eventos sociais, etc; além de quem, eu suponho, é visto como muito mais aceitável alguém dessa idade estar tentando socializar e cometer erros bobos do que alguém já velho como eu). Acordei meio pra baixo ainda pensando nisso.
- Ontem eu comi tâmaras pela primeira vez na vida (ou pelo menos acho que foi a primeira vez)

- Passei o dia na marcenaria hoje e novamente fiquei o tempo inteiro só tendo lembranças dela, parece que ocupar minha mente com obrigações/coisas produtivas é justamente o que mais faz com que eu pense nela. Eu a odeio.

24/06/24

- Ontem a minha ex fez uns 3 mil xp no Duolingo, só percebi quando já era bem de noite mas como não aceito ser superado por ela eu fiquei até umas onze fazendo lições ininterruptamente só pra bater a mesma pontuação (e felizmente consegui).

- O chato de estar pensando tanto na minha ex é que eu não posso fazer basicamente nada quanto a isso de imediato, é ruim saber que terei que esperar meses ou provavelmente anos até que eu esteja na posição de tomar alguma atitude — e, até lá, ter que engolir tudo calado.

- Hoje fiquei sabendo que uma prima minha (filha do meu tio que sempre vejo quando vou na marcenaria) foi largada pelo marido e está muito triste. Por um lado fico com pena dela (não tenho nenhuma proximidade, mas é uma situação triste mesmo assim), por outro nem tanto pois graças à minha ex eu passei a ter a impressão de que mulher é incapaz de sofrer por essas coisas (amor, paixão, etc; são capazes de sofrer apenas por motivos materiais e práticos, sendo muito mais frias e manipuladoras do que os homens); racionalmente, sei que isso muito provavelmente não é verdade, mas o que eu estou relatando aqui é como eu sinto e não o que considero ser verdade.

- Fico pensando em como tudo (o mundo e as pessoas) se transformou intensamente com o passar dos anos (tantas histórias vividas, tantos

acontecimentos, tantas mortes, tantas tragédias, tantas paixões, tantos relacionamentos, tantos nascimentos, etc) enquanto na minha vida tudo ficou na mesmice e na mediocridade (na maior parte); isso me provoca uma sensação de tristeza e também uma de ansiedade por saber que estou ficando fora de tudo, uma sensação de que estou ficando "pra trás".

- Quando adolescente eu costumava pensar nas inúmeras possibilidades de coisas que eu poderia viver no futuro, já hoje em dia não há mais futuro pra mim (tecnicamente há, mas eu já estarei velho demais — considero que após os 23 já está meio velho e após os 30 acabou tudo, atualmente estou prestes a fazer 25 — e nada valerá a pena) pois o futuro que eu imaginava no passado seria exatamente agora. Eu ainda tenho planos, projetos e objetivos e estou determinado a segui-los, mas agora eles são bem mais limitados tanto pelas condições nas quais me encontro (já velho e atrasado em várias coisas) quanto por só ter mais quatro anos de vida.

- Reparo que em meus últimos registros eu demonstro, simultaneamente, tanto sentimentos de motivação e ambição quanto de ansiedade e depressão; acho isso ótimo e creio que seja o ideal: estar motivado mas sem deixar a motivação reprimir pensamentos negativos que surgem espontaneamente.

- Tenho quase 25 anos e passei todos eles na mediocridade, na mesmice, na monotonia, na procrastinação, etc; em grande parte por responsabilidade minha mas também houve um pouco de falta de "sorte" (a família em que nasci, a cidade pequena onde moro, etc). Um aspecto definidor do meu projeto de vida é justamente realizar algo que compense por tudo isso, protagonizar um acontecimento tão marcante e de grande proporção que praticamente mais ninguém (entre os bilhões de pessoas que habitam esse mundo) vivenciou.

- Semana passada me veio na mente a possibilidade do meu pai morrer e agora estou levemente preocupado com isso (ainda mais que esse acontecimento — a morte do pai — parece ser algo comum na vida de caras falhos como eu — só pra piorar o que já tá ruim). Preciso estar preparado tanto pras consequências financeiras quanto emocionais disso (o bom é que o meu irmão já é formado em medicina e trabalha há anos, então ele poderia me dar apoio em um cenário assim).

- Se eu por um acaso tiver algum outro relacionamento não irei ser genuíno com ela igual fui com a minha ex, primeiro por conta daquela coisa clichê de não expôr suas fraquezas pra parceira (pode ser verdade ou não, eu expus várias fraquezas e falhas minhas pra minha ex assim que eu a conheci e ela veio atrás de mim do mesmo jeito; mas acho que tem, sim, um fundo de verdade nessa ideia) e segundo porque eu honestamente não tenho nada de bom a oferecer pra uma mulher e então o que me resta é induzi-la/manipula-la a pensar que eu tenho (e que não há “alguém melhor” pra ela escolher — sendo que obviamente há, sim, inúmeros caras que são melhores do que eu e que estão disponíveis). Eu sempre tive uma forte necessidade de me expôr (no caso, expôr meus sentimentos e emoções) ao máximo pra determinadas pessoas pois eu queria muito que elas soubessem exatamente o que se passa comigo; entretanto, agora que eu tenho consciência de que eu sou várias pessoas diferentes (não uma só) talvez essa necessidade diminua ou mesmo deixe de existir, já que ser genuíno comigo mesmo (ou seja, reconhecer que eu sou vários e não um) talvez já seja o bastante (além de que talvez essa necessidade de que os outros me entendam de forma plena esteja enraizada na falsa ideia de que existe um “eu” mais verdadeiro e mais válido que os demais “eus” — sendo que são todos igualmente válidos e verdadeiros).

25/06/24

- Há uns 2–3 anos eu mais ou menos tinha o sonho de me tornar um escritor ou coisa do tipo (focado no horror); eu sabia que esse era um sonho comum e que várias pessoas já o tentam só pra continuar no anonimato (ainda mais hoje em dia, quando qualquer um pode escrever e publicar o que quiser, fazendo com que se torne cada vez mais difícil ser original e ao mesmo tempo cativante), mas eu queria mesmo assim e eu havia colocado na cabeça que o prazo limite pra eu começar a colocar minhas ideias em prática era uns 24–25 anos de idade (pois todos os autores que eu admirava haviam começado a publicar suas primeiras obras no máximo com essa faixa de idade). Ironicamente, eu de certa forma estou colocando tal projeto em prática ao escrever esse diário aqui, apenas de uma forma um tanto inesperada: o protagonista e vilão da minha história de horror sou eu próprio (e se eu tiver sucesso em minha empreitada — a qual eu já mencionei e descrevi diversas vezes — é bem provável que meus escritos se tornem muito mais conhecidos do que seriam se eu simplesmente escrevesse histórias e pronto).

- Hoje na marcenaria o rádio estava ligado e a estação em questão estava tocando várias músicas de “bossa nova” (entre aspas pois não sei se é exatamente esse o estilo, mas é bem parecido), fiquei com medo de tocar “Pela Luz dos Olhos Teus” (porque era a música que minha ex dizia que era “nossa música”). Eu odeio a minha ex.

- Já é o terceiro ou quarto dia seguido que a minha ex faz uma pontuação muito acima de 1000 xp no Duolingo e comecei a ficar desconfiado que ela está usando a versão Plus e a considerar passar a usa-la também; agora mais cedo eu pude confirmar que ela de fato está usando o Plus (aparece

no perfil da pessoa em questão) e por isso não perdi tempo e assinei também (e, claro, bati a pontuação que ela fez no dia). O bom é que as duas primeiras semanas são gratuitas, então posso cancelar a assinatura logo antes da cobrança iniciar (entretanto o valor mensal da assinatura não é tão alto, apenas uns 15 reais — eu já gasto bem mais que isso colocando crédito no celular).

- Agora pouco eu estava fazendo lições no Duolingo e apareceu uma questão sobre alguém levar um cachorro pra passear de noite, isso prontamente me lembrou de quando fui na casa da minha ex e eu e ela saímos de noite com os cachorros na rua da frente (e eu pude lembrar com uma nitidez considerável o cenário da rua dela). Isso me deixou mal, razoavelmente mal; eu odeio a minha ex e tudo o que ela representa.

26/06/24

- Hoje eu fiz a avaliação da academia. Deu que tenho 1.83, 78kg e 13.5% de gordura corporal. Que bom que a minha altura não diminuiu.
- Hoje o meu tio (o da marcenaria) botou pra tocar no celular uma gravação dele cantando uma música sobre traição (acho que era aquela que diz “eu não sou cachorro não”) e disse que era pra mim; eu fiquei sem entender nada, mas meu pai depois me disse que ele tava se referindo a “aquela menina do Rio de Janeiro” (ou seja, minha ex). Fico surpreso dele ainda se lembrar disso (provavelmente a memória veio porque a filha dele — aquela prima que já mencionei — acabou de ser largada pelo marido).

27/06/24

- Hoje eu acordei duraço pensando naquela ex do PC Siqueira (Maria Watanabe); imaginei ela deitada em uma cama amarrada e nua com um vibrador entre as pernas e gemendo enquanto eu segurava o pescoço dela e dava um beijo de língua.

- Lembrei que a minha ex disse certa vez sentir agonia de coisas envolvendo os olhos (não sei se já registrei isso aqui antes); se algum dia eu me vingar dela de forma brutal (digo, se as coisas chegarem a esse ponto e eu tiver tal oportunidade) iá sei o que fazer, vou deixar ela com pelo menos um dos olhos furados (de forma bem lenta e dolorosa).

28/06/24

- Felizmente as marcas de expressão no no meu rosto deram uma diminuída em relação a como estavam antes. Cessei o uso do retinol quando descobri que usar com a frequência que eu estava usando, sendo iniciante, irrita e resseca a pela (eu pensava que usar dia sim e dia não era uma frequência moderada); quando voltar, passarei a usar uma ou duas vezes por semana e também comprarei algum hidratante.

- Andei pensando um pouco sobre o tema “estupro” e acho que estou mudando um pouco de opinião, antes eu não conseguia me excitar nem um pouco com a ideia de fazer o ato sem que a mulher não sinta atração por mim mas agora já penso diferente. Voltei para a academia e ando reparando que tem um “prettyboy” branquinho da pele bem lisinha lá (talvez seja até adolescente ainda) e não gostei disso pois me lembrou bastante do atual da minha ex (isso se ela ainda estiver com ele, já que não tive mais informações), pra piorar ele ainda beijou uma novinha bem magrinha (mulher do tipo que mais me atrai) que aparentemente é namorada dele;

ver isso me fez ter o pensamento “se essas meninas só querem saber de prettyboys bonitinhos lisinhos branquinhos e sentem nojo de caras acabados como eu então eu devia pegar elas à força pra me impor e mostrar que vou realizar meus desejos queiram elas ou não” e eu gostei de pensar tal coisa. Em grande parte, acho que o que está me fazendo mudar de ideia é perceber que estuprar também é uma forma de impactar a vida alheia e se fazer notado (mesmo com a vítima não sentindo atração por você), demonstrando que a sua vontade vale mais que a autonomia alheia; a prostituição, por exemplo, continua não me atraindo nem um pouco pois além de não haver atração por parte da mulher também não há esse aspecto de causar um impacto na vida dela. Eu não tenho intenção de estuprar nenhuma moça (porque não quero sofrer as consequências negativas que isso me traria) mas já comecei a fantasiar um pouco e me agrada pensar na ideia de que eu vou ter o que eu quero mesmo a vítima não permitindo, por isso eu iria fazer questão de que ela estivesse completamente consciente durante o processo (pois o que me cativa nisso aqui ainda é o que a vítima sente e não apenas o meu próprio prazer; seria delicioso forçar essas namoradoras de “prettyboys” a receber a pica de um “tonhão” — no caso, eu — sem poderem se negar) — nessas fantasias, minhas vítimas seriam moças jovens de 18–21 (podendo variar um pouco) magrinhas, pois é o que mais me atrai no geral.

- Não invejo os “zé droguinhas” que pegam muita mulher pois apesar deles terem o que eu desejo (mulher) eles não são o que eu gostaria de ser (eu não consigo me enxergar na pele de um “zé droguinha”, é uma vivência completamente diferente e no geral desinteressante pra mim “); já os “prettyboys” eu invejo bastante pelo mesmo motivo.

29/06/24

- Descobri que as aulas na verdade voltarão dia 8 de julho e não dia primeiro, que bosta!
- Ontem o Bruno Hikikomori (estou com preguiça de explicar quem é) postou anunciando que foi solto (ele havia pegado vários anos de pena por falar algumas coisas pesadas sobre pedofilia na internet, mas o advogado recorreu e ele foi liberto). Isso me fez pensar que temos algo em comum: ele foi largado pela webnamorada e logo depois pegou 7 meses de cadeia, eu fui largado pela namorada e depois passei 3 meses de braço quebrado.

30/06/24

- Estimo que se as coisas seguirem o seu curso “natural” vai levar mais uns dois ou três anos até eu superar minha ex em um nível satisfatório. Claro que eu me comprometo a fazer durar o tempo que for necessário até eu sentir que me vinguei, mas caso não fosse isso esse é o tempo que eu acho que duraria.
- Hoje eu fiquei o dia inteiro na marcenaria ajudando a terminar o projeto daquele rapaz que tem a esposa com o braço desproporcionalmente gordo, demorou mas conseguimos entregar (só não terminamos a instalação). É bom trabalhar mas fico com um pouco de receio de faltar tempo pra fazer os registros aqui (eu sinto a necessidade de fazer pelo menos um, e tem dias que eu fico sem ideia de coisas curtas pra dizer aqui — coisas longas há várias, mas em tais dias estou cansado demais pra escrever a respeito destas).

01/07/24

- De certa forma, esse diário é como a Bíblia, pois os temas não são explicitamente ligados uns aos outros e o próprio teor da escrita varia bastante de uma época pra outra (por exemplo, o suposto contraste que as pessoas dizem enxergar entre a “violência” do Velho Testamento e a “mensagem de amor” do Novo Testamento” é análogo ao contraste entre a tristeza e baixa autoestima dos primeiros dias desse diário e a raiva dos dias atuais); entretanto, tudo aqui é inspirado pelo espírito da minha Vontade.

02/07/24

- Ontem de noite o projeto no qual eu vinha ajudando há mais de duas semanas finalmente foi terminado.

- Deixo claro que há certos assuntos, questões, complexos, neuroses, inseguranças, etc que são constantes no meu pensamento mas eu me sinto tão envergonhado e desconfortável com elas que sinto dificuldade de registra-los até aqui (que é um espaço completamente pessoal e voltado pra mim mesmo); não é nada muito controverso ao olhar dos outros (aliás, as coisas que são mais “cabeludas” ao olhar externo — tipo vontade de matar, torturar e até estuprar — eu passei a relatar aqui sem pudor nenhum, porque não são coisas que realmente me envergonham — as vezes é até o contrário, acho legal sentir isso), tanto que já cheguei a mencionar tais coisas aqui brevemente em alguns momentos, só não entro muito em detalhes. Enfim, apenas gostaria de deixar avisado que nem todas as principais coisas que se passam na minha cabeça são registradas aqui.

- Hoje eu tive a primeira consulta com o neurologista no qual passarei a ir de agora em diante (antes eu ia em um psiquiatra). Ele vai manter o venvanse e eu poderei tomar a dose de 70 miligramas nos dias de estudo pesado e a de 40 miligramas nos dias de estudo normal; ótimo, é exatamente isso que vinha dando resultado.

03/07/24

- Deve ser muito ruim ser inocente e pagar por coisas que você não fez, pra garantir que não terei esse destino eu pretendo realmente fazer coisas pelas quais eu deveria pagar (de tal modo, ou não serei pego e ficarei numa boa ou então serei pego mas será merecido e eu não ficarei com a sensação de que fui injustiçado).

- A própria Bíblia é cheia de passagens contendo crônicas de eventos aleatórios ocorrendo no "background" das narrativas bíblicas, então não há nada de errado em meu diário fazer o mesmo (pois aqui há temas centrais, porém também há registros de acontecimentos corriqueiros e específicos do meu dia-a-dia os quais eu uso para me orientar cronologicamente).

- Entre os dias 12 de julho e 19 de outubro de 2023 eu fui gradualmente destruído por dentro e no final desse período o Espírito da Vontade surgiu dentro de mim para ocupar o vazio deixado; desse ponto em diante o Espírito passou a dividir espaço com as outras pessoas que habitam o meu ser (e por "ser" me refiro ao conjunto entre corpo e mente), mas no dia 11 de abril de 2024 o Espírito da Vontade assumiu o controle total e o Fluxismo passou a ser a minha doutrina.

04/07/24

- Imagino que seja comum as pessoas pensarem em matar o ex parceiro após o término do relacionamento e que em 99.9% dos casos não dê em nada; assim sendo, eu seria apenas mais um entre milhões e no final das contas o meu ódio pela minha ex não vai dar em nada. Entretanto, por eu ter consciência disso eu pretendo fazer questão de não seguir esse caminho e de persistir em odia-la até algum dia eu ter alguma vingança satisfatória; eu NÃO vou ser só mais um. Além do mais, eu sempre tive (de forma consciente ou não) a pretensão de cometer alguma atrocidade grave e chamativa no futuro, não é algo que surgiu agora.

- Continuo a pensar sobre o estupro e realmente parece fazer todo sentido pra pelo menos uma parte de mim (como já disse, há várias pessoas diferentes compartilhando o meu ser): não consigo nada consentido e gratuito com as mulheres e eu as desejo mas também não quero me submeter a gastar dinheiro com uma “profissional”, então a solução é forçar (eu consigo parte do que eu quero e elas não recebem nenhum benefício com isso — o único ponto negativo seria o fato de que elas não sentirão atração por mim, sendo que normalmente uma das coisas que mais me cativam é a ideia de uma mulher me desejar; mas eu acho que consigo conviver com isso tranquilamente, as pessoas que existem em mim já validam umas às outras o bastante e não há tanta necessidade assim de validação externa). Não estou dizendo que pretendo colocar isso em prática e começar a sair estuprando (até porque eu tenho outros projetos e as consequências negativas que poderiam vir com isso iriam atrapalhar tudo), mas só o fato de eu passar a aceitar tal ideia mentalmente já faz muita diferença (pra melhor, faz eu me sentir bem).

05/07/24

- Falta uma semana pra completar um ano, se eu não esqueci até hoje é porque não vou mesmo esquecer tão cedo assim. O que é dela ta guardado, cedo ou tarde a cobrança virá.

- Sinto-me bem levemente incomodado quando ouço/vejo o nome do Gabriel Monteiro pois ele tem o mesmo sobrenome que a minha ex.

- Não gosto de ser muito otimista pois tenho o temor de quebrar a cara depois, mas sinto-me mais ou menos seguro pra dizer que as coisas (parte delas) finalmente o estão melhorando (pra valer); é uma combinação de vários fatores, sendo os principais deles o meu braço ter se recuperado de vez, as aulas estarem prestes a voltar, eu ter trabalhado (trabalhado de verdade) e recebido com isso, eu não ter ficado com o corpo mais flácido durante o período em que fiquei parado, meu rosto ter continuado (relativamente) magro e eu ter acabado de voltar pra academia — de certa forma, está sendo o oposto do ano passado, em que as coisas começaram a ficar ruins justamente no meio. Engraçado que é justamente nesse meu período mais "saudável" que eu comecei a ter pensamentos vistos como doentios (estupro, vingar-me da minha ex de forma brutal e sádica, matar familiares, etc); acontece que dentro do meu mundo tais pensamentos não são realmente doentios, visto que eu só os tenho justamente quando estou me sentindo bem comigo mesmo o bastante pra permitir que eles apareçam (já em momentos que estou no fundo do poço — como o início desse diário — eu tendo a ser todo certinho e cheio de auto-censuro, provavelmente como um mecanismo de enfrentamento, uma tentativa irracional e inconsciente de que as pessoas me vejam como bonzinho, inocente e digno de pena).

- Algum tempo atrás surgiu na internet um dilema no qual as mulheres deveriam imaginar um cenário em que estão sozinhas no mato e escolher

se preferiam topar com um urso ou com um homem desconhecido, dilema esse que foi mais uma pergunta retórica pois todas escolheram o urso; não tenho o que opinar sobre essa questão exceto o seguinte: se a mulher em questão for a minha ex e o homem em questão for eu ela teria toda a razão do mundo em escolher o urso, eu odeio ela tanto que se eu tivesse a oportunidade (tempo, recursos, ausência de consequências negativas pra mim, um plano, etc) iria fazer com ela coisas que fariam a história da Junko Furuta parecer uma historinha pra crianças (não que eu seja um desses caras que comemoram o que ocorreu com a Junko Furuta, na verdade eu cheguei a me sentir mal quando li sobre o caso em detalhes pela primeira vez; não tenho nada contra ela, mas a minha ex não é ela, a minha ex é um demônio em forma humana).

- Se vocês não vão me estuprar então eu vou estuprar vocês; o importante é que alguém o faça!

- Olhar pra uma bela moça e me permitir pensar na possibilidade de estupra-la é algo que faz eu me sentir muito bem comigo mesmo; é claro que eu não vou realmente estupra-la, primeiro por conta de fatores externos que impedem isso e segundo porque eu provavelmente nem desejo estuprar alguém (eu posso explorar a ideia mentalmente, mas não é algo que eu faria de forma espontânea), mas ter uma validação interna (não me auto-censurar) quanto a isso faz toda a diferença. A provável crítica/resposta a essa “linha de pensamento” que eu tenho seria que não é válido/certo eu ter essa mentalidade como um mecanismo pra me sentir bem sendo que é algo que tem o potencial de fazer mal pra outras pessoas; a minha resposta é que as pessoas com as quais eu mais devo me importar são as que dentro de mim próprio (pois, sim, eu sou várias pessoas e não uma só — pessoas essas que partilham o mesmo corpo e mente), então garantir o bem estar delas é (ou pelo menos deveria ser) incomparavelmente mais

importante do que qualquer ser externo — e isso não é ser egoísta; pelo contrário, é pensar na comunidade (pois as pessoas que existem dentro de mim formam uma comunidade), egoísmo seria alguns desses meus “eus” internos prejudicar o bem estar de seus vizinhos para satisfazer regras morais/éticas do mundo externo. De certa forma, ter esse pensamento também melhora a auto-estima, faz eu sentir que estou “acima” da moça em questão, que não importa tanto se ela não se atrai por mim (ou talvez até me despreze) já que em um cenário hipotético eu poderia me apropriar do corpo dela à força (e nesse cenário ela provavelmente continuaria a não se atrair por mim, mas tudo bem pois a comunhão que os meus “eus” internos têm uns com os outros poderia suprir essa carência); talvez possamos dizer que é um modo de treinar a minha mente a ver as mulheres (as sexualmente atraentes, é claro) como pedaços de carne e assim fazer com que eu me sinta melhor em relação a elas (não sei, é apenas uma possibilidade).

- Reconhecer a existência da Eumunidade (a comunidade dos “eus”; ou seja, das pessoas que habitam em mim) e se comprometer com o seu bem estar e com a validação interna não implica em automaticamente cessar deixar de se importar com o que os outros (seres externos) pensam, pois há pessoas dentro de mim que desejam aprovação externa e satisfazê-las é satisfazer a Eumunidade (entretanto, deve haver equilíbrio; a chave de tudo é o equilíbrio); ironicamente, me forçar a seguir à risca essa ideia de não querer validação externa é uma das atitudes mais anti-Eumunidade possíveis, pois consiste em um “eu” se impondo sobre os demais “eus” (os que gostam da validação) e empurrando-lhes goela abaixo a ideia (de origem externa) que não devo me importar com o seres externos pensam (e isso obviamente irá gerar crise, estresse, criará pontos fracos no meu psicológico, etc).

- O conceito de Eumunidade (o de que não sou realmente um indivíduo mas uma comunidade de várias pessoas diferentes partilhando o mesmo corpo e mente) está diretamente ligado ao conceito de Vontade (sobre o qual já falei na fase inicial desse diário); como já falei originalmente, há a Razão (o Calvo), a Emoção (o Pardo) e a Vontade (o Macho), e essas duas primeiras seriam respectivamente a mente e o corpo (ou só o corpo, já que a mente faz parte do corpo; de qualquer forma, o que importa é que se resumem a uma só coisa, sendo algo bem objetivo). A Emoção diz respeito aos nossos desejos e anseios mais básicos e viscerais (sendo coisas como fome e sono os exemplos mais óbvios mas não o único tipo de exemplo) enquanto a Razão é a nossa compreensão objetiva da realidade, já a Vontade se refere aos desejos mais refinados, sonhos, gostos, ambições, identidade, etc (eu já falei como se dá a dialética entre essas três forças, não estou disposto a me repetir); não há como alguém sentir sede e fome de formas diferentes, então está claro que a Emoção é algo objetivo, ao passo de que os "desejos refinados" (a Vontade) podem se manifestar de inúmeras maneiras diferentes e cada uma dessas manifestações é pelo menos uma pessoa diferente (e eu não digo isso como uma alegoria, eu entendo que literalmente se trata de indivíduos distintos, pois no meu entendimento o que forma o indivíduo é sua identidade e se há diferentes identidades então há diferentes pessoas).

06/07/24

- Acabo de acordar e tive mais um sonho com a minha ex, nesse havia uma página sobre ela na Desciclopédia falando da vida dela em detalhes (creio que sonhei isso pois ontem eu vi alguém postando sobre a página referente ao Conde Loppeux na Wikinet). Ainda bem que foi só um sonho, odeio essa vagabunda e qualquer coisa relacionada a ela.

- Um detalhe muito importante dessa história com a minha ex o qual eu por algum motivo tenho ignorado quase totalmente é que ela traiu o ex comigo; basicamente, a relação entre ela e o ex já estava danificada há meses e eles mal se falavam, aí ela começou a conversar comigo, nós gostamos um do outro e aí ela foi lá e términou com ele de vez (na verdade, esperou ele "terminar" — pois ele vivia dizendo que ia terminar com ela só pra voltar depois de algumas horas e ela sempre aceitava — mais uma vez e dessa vez não permitiu que ele voltasse atrás). Lembrar disso faz eu me sentir bem pois percebo que não fui totalmente inocente e injustiçado, que eu também tive minha parte de más ações (e isso é ótimo, eu quero fazer o "mal" mesmo); não me arrependo nem um pouco da atitude que tive, só me arrependo de não ter exposto isso quando o momento era oportuno pra manchar a imagem dela (mas na época eu também tinha receio de manchar a minha).

- Algum tempo atrás eu disse que preferia não ter conhecido a minha ex, por conta do mal que isso veio a me fazer; entretanto, agora pouco eu acabei de registrar que não me arrependo da atitude que eu tive (logo ao conhecê-la) em concordar que ela traísse o ex comigo. Eu não mudei de ideia, continuo a manter ambos os posicionamentos ao mesmo tempo; não há auto-contradição aí, apenas membros diferentes da Eumunidade expressando sentimentos distintos (como já disse várias vezes, eu não sou um indivíduo mas uma comunidade de várias pessoas diferentes compartilhando o mesmo corpo e mente).

- Enquanto eu trabalhava hoje de tarde continuei pensando sobre a minha participação no chifre que minha ex colocou no ex dela (o outro, o Adelmo) e de repente me veio na mente a seguinte afirmação "não me arrependo da atitude que tive, não fosse isso eu provavelmente nunca teria chegado a comer uma bucetinha"; eu me senti muito bem tendo esses pensamentos,

pois é uma forma de auto-confiança que ao mesmo tempo é honesta (algo tipo “sou incel e fracassado mesmo, estou feliz de ter aproveitado a única chance que tive, e daí?”) — além de, como já mencionei, fazer eu me sentir bem por não mais me enxergar como um bobinho inocente injustiçado (eu fui chifrado e trocado, mas pelo menos eu “mereci”). Além do mais, isso também é uma forma de subestimar/diminuir/menosprezar a importância que a figura dela tem pra mim, rebaixar a algo corriqueiro e visceral; entretanto, não pretendo abrir mão do ódio que sinto dela, pois os “eus” da geração atual podem não ter sido machucados mas os “eus” da geração passada foram e merecem ser vingados (e sentir ódio pela minha ex também é uma “paixão”, um sentimento intenso, algo que me conecta ao Fluxo — e é melhor sentir algo ruim do que não sentir nada).

07/07/24

- Minha ex dizia querer ter filhos, então eu também tenho que ter pra não “ficar pra trás” (não sei como eu vou fazer, mas eu preciso ter e obviamente falo de filhos biológicos). Claro que não é só por conta dela, o principal motivo pra eu querer ter filhos é passar meus genes adiante, mas ela também querer faz com que eu queira mais ainda pois não gosto de pensar que o sangue imundo dela vai ter continuidade e o meu não.

- A cidade do Rio de Janeiro já tinha uma aura mística pra mim faz alguns anos, me despertando fascínio e curiosidade (por exemplo, lembro de em 2018 ter escutado uma música instrumental que começava com a frase “já viu rico namorar pobre?” do filme Cidade de Deus e ter sentido algumas coisas com isso, lembro de em 2019–2020 escutar as músicas dos Marcos Valle e ficar pensando nas praias de lá, etc). Ter namorado minha ex e ido

lá conhecer a família dela (e conhecer a cidade como um todo) intensificou isso bastante.

- Quando eu tenho algum pensamento que gostaria de registrar aqui mas me falta tempo eu costumo anotar umas três ou quatro palavras chave referentes a ele em uma nota no Google Keep, pra depois eu olhar essas palavras e lembrar do que eu havia pensado; tem funcionado, porém ainda deixa a desejar pois eu só lembro da parte principal do pensamento e deixo faltar muitos detalhes (detalhes esses que fazem uma certa diferença).

- Algo que, creio eu, contribuiu tanto pro término ocorrer daquela forma quanto pro sofrimento que passei após o mesmo foi eu estar, naquele momento, com o psicológico/emocional completamente “desarmado” e indefeso. Eu definitivamente não me permitia ter pensamentos “maldosos” sobre a minha ex, não me permitia ver coisas negativas nela e de início eu não me permitia nem sentir raiva (e depois eu até me permiti sentir um pouco mas não era nem um décimo do que eu sinto agora); isso possivelmente (antes do término) me influenciou a ter atitudes que fizeram ela me ver como mais fraco ainda e me impediu (após o término) de processar o ocorrido adequadamente já que eu não tinha onde descarregar toda aquela negatividade dentro de mim uma vez que no meu ver seria errado culpa-la de qualquer coisa (e eu não queria estar errado). Esse processo de “desarmamento” psicológico já vinha ocorrendo desde 2022 (especificamente março de 2022), quando eu havia voltado a adotar os conceitos de “certo e errado” (dos quais eu havia me liberto em 2021 — e por isso 2021 foi a época em que eu mais me senti bem ajustado internamente), e em 2023 as coisas se intensificaram mais ainda pois eu havia recentemente (re)adotado a moralidade cristã. Eu venho me “rearmando” cada dia mais (ao ponto de que as coisas que se passaram nessa época dificilmente se passariam hoje) mas infelizmente já é tarde

demais (mas que ela não pense que acabou, algum dia ainda terei minha vingança contra esse pedaço de estrume que é a minha ex).

- Sou agnóstico quanto a essa história das linhagens aristocratas (já falei a respeito anteriormente, não quero me repetir) e atualmente tendo a acreditar mais que é falso do que acreditar que é real, entretanto a empreitada de viajar pra Europa (sendo os possíveis países a França, a Suíça, a Itália ou a Alemanha — provavelmente Suíça ou Itália) e dar cabo do máximo possível de membros de tais clãs continua sendo o “caminho” que mais me interessa para realizar minha “apoteose” no futuro; inclusive, já tenho ideia de onde ir para eliminar pelo menos alguns deles: uma dessas famílias seria a família Frescobaldi e eles possuem estabelecimentos com endereço e tudo. Se a história for falsa (tendo a acreditar que é), talvez o que eu pretendo fazer se torne ainda mais interessante pois ganharia ares quixotescos (teria aquilo de “se não é real, eu tornarei realidade”); seria engraçado eu matar várias dessas pessoas (desconhecidas pra 99.99% da população mundial), o caso viralizar e se tornar icônico e aparecer gente criando teorias em cima, dizendo que era real mesmo, começar a ocorrer copycats, etc (tudo isso geraria uma grande conexão com o Fluxo — portanto, positivo).

- Praticamente todas as coisas hostis que eu costumava, ano passado (2023), dizer sobre homossexuais (e alguns outros grupos) eram performáticas; entretanto, era uma performance que eu fazia mais para eu próprio do que para o mundo externo, pois alguns dos “eus” dentro de mim realmente acreditavam nisso e eles queria fazer todos os “eus” adotar a mesma posição e resultou nessa “forçada de barra” — em outras palavras, não foi algo genuíno. Não que eu no fundo queira ser amiguinho dos homossexuais, mas de modo geral é algo que não me incomoda (pelo contrário, me interessa bastante, apesar de eu não ser um); a única coisa

que realmente me despera ódio puro e genuíno é a vadia da minha ex — eu odeio a minha ex.

- Tenho revelado/declarado muitas coisas pesadas e até mesmo perturbadoras ultimamente, caso eu sentisse atração por crianças esse seria o momento perfeito para admitir; entretanto, a verdade é que eu realmente não sinto nada por elas (crianças de verdade, pré-púberes), é como se fossem homens ou mulheres velhas pra mim. E eu não só não sinto nada por elas como continuo a sentir certa repulsa de pedofilia mesmo após ter aberto mal da toda moralidade/ética; creio que seja algo instintivo (eu não vou dizer que pedofilia é objetivamente errado, mas independente disso eu sinto que é algo desagradável e do qual eu quero ficar longe), assim como eu também me sinto mal com a mera ideia de matar uma criança (mas não sinto nem um pouco com a de matar um adulto ou adolescente). Dito isso, eu sinto bastante atração por meninas adolescentes (de uns 15–16 pra frente), acho elas muito gostosas e preciso até controlar o olhar um pouco; não acho que seja uma boa ideia me relacionar com elas pois mesmo que uma delas quisesse o relacionamento teria tudo pra dar errado (tanto pra mim quanto pra ela), porém não vejo nada de doentio em eu sentir desejo por elas (são corpos sexualmente maduros, é absolutamente normal se atrair).

- Já relatei anteriormente que um fator fundamental da minha libido é a ideia de eu ser desejado (no caso, desejado por alguém do sexo oposto — e que se encaixe em certos “requerimentos” mínimos, como não ser muito velha e nem muito gorda) ao invés de apenas o próprio objeto do meu desejo (tanto que as primeiras fantasias sexuais e amorosas que tive, ainda bem criança, com uns 5 anos, envolviam a ideia de alguma mulher ou menina me desejar). Isso é um fato e eu já aceitei que é parte da minha pessoa; entretanto, essa minha característica é apenas uma (ou algumas) dentre as

inúmeras pessoas/personalidades/identidades/faces que há em mim compartilhando o mesmo corpo e mente, e do mesmo jeito que diferentes pessoas chegam a acordos entre si (buscando o equilíbrio e a justiça) em prol de uma boa convivência o meu “eu” que deseja ser desejado precisa se adequar à realidade de que eu não sou desejável (de modo a deixar de prejudicar os meus outros “eus”) e de que eu “nasci pra ser” consumidor e não produto. Claro que não vou simplesmente renegar totalmente esse meu lado, começar a descuidar de aparência (não que a minha seja boa, mas poderia ser pior), reprimir todo pensamento/desejo referente a ser desejado/à preferência feminina, etc visto que isso iria só gerar atritos internos, crises, criar pontos fracos e me deixar ainda pior; porém, passarei a explorar mais o ponto de vista de que o que importa mais é o objeto do meu desejo (ou seja, o corpo feminino) e não eu, me auto-convencer suavemente de que o que elas pensam/preferem não importa tanto quanto o que eu penso/prefiro, passar aos pouquinhos a enxerga-las como pedaços de carne e não dar mais tanta importância para o que elas querem (ironicamente, essa é uma mentalidade muito mais saudável do que a que eu sempre tive).

08/07/24

111Agora por último o filme “Divertida Mente” tem sido bastante comentado, engraçado isso estar acontecendo ao mesmo tempo em que eu estou teorizando sobre a Eumunidade e conceitos relacionados (apesar de que eu nem sei direito sobre o que o filme se trata, não tenho acompanhado nada e obviamente não o assisti).

- Acabo de ver alguém postando sobre Tom Jobim e mencionando o fato dele ser carioca; naturalmente me lembrei da minha ex e fiquei mal com

isso (pra piorar, acho que é justamente dele aquela música "Pela Luz Dos Olhos Teus", nem vou pesquisar pra confirmar pois só irá me deixar ainda pior). Eu odeio a minha ex.

09/07/24

- Aparentemente é verdade aquilo que dizem sobre pessoas ocupadas não perderem tempo com bobagem, pois ultimamente eu ando bastante ocupado e quando estou com tempo livre não me dá mais aquela vontade forte de ficar scrollando redes sociais sem objetivo ou ler sobre alguma aleatoriedade — me contento em não fazer absolutamente nada (provavelmente por estar esgotado o bastante pra não ter energia de sobra e gasta-la com inutilidades). Entretanto, eu continuo a escrever aqui com todo o vapor, isso pois eu não vejo esse diário como uma bobagem inútil mas sim como um projeto de vida — algo com o qual já estou compromissado e disposto a investir tempo e energia. Percebi isso enquanto esperava o ônibus no ponto (as aulas voltaram hoje) e reparei que eu não senti aquele impulso de pegar o celular pra me distrair da demora (e aí me lembrei de ocasiões parecidas que ocorreram recentemente).
- A Batalha de Moscou teve início exatamente 100 dias após o início da Operação Barbarossa; de igual modo, eu comecei a escrever esse diário exatamente 100 dias após a minha ex terminar comigo (apesar de que a ideia veio um dia antes).

10/07/24

- Hoje, há exatamente um ano, foi quando eu percebi que de fato ia acabar e já comecei a me preparar.

11/07/24

- Talvez aquele ranking de sorte dos nomes estivesse certo mas se aplicasse apenas pra segunda metade do ano. Não quero ser otimista demais pra não quebrar a cara, mas é uma possibilidade (na qual eu não acredito, mas continua sendo uma possibilidade).
- O atual ciclo de 120 dias terminará no próximo domingo, dia 14/07; um dia antes dele começar eu tive contato direto com minha ex pela última vez (no caso, ela me mandou mensagens me xingando e reclamando de algumas coisas, mensagens essas que só vi parcialmente pelas notificações e nunca cheguei a abrir — apenas arquivei).
- Faz um certo sentido (pensei aqui, agora pouco) enxergar 2024 como correção dos erros e decadência dos anos de 2022 e 2023, é por isso que o meu pensamento atualmente se parece tanto com o pensamento que eu tinha em 2021 (e 2021 foi o meu melhor ano até o presente momento, e os dois anos seguintes foram a destruição disso). Não quero entrar em detalhes para exemplificar pois simplesmente estou com preguiça agora, mas eu sei exatamente do que eu estou falando.

12/07/24

- Hoje, finalmente, aquele maldito acontecimento completa exatamente um ano. Não tenho muito o que dizer além do seguinte: eu te amaldiçoo, Thaís da Silva Monteiro (geralmente não gosto de citar o nome dela, tanto que

essa é apenas a segunda vez que o cito aqui nesse diário, mas a ocasião é especial).

- Além de ser o meu “aniversário” de um ano, o dia 19 de outubro desse ano também será o fim do atual período da faculdade de acordo com o novo calendário; decidi que tenho até esse dia pra responder minha ex (e ganhar “moral” o bastante até lá, afinal de contas eu quero que a minha resposta seja sincera).

- Fui olhar um perfil aleatório e vi que tava em relacionamento sério com a namorada desde 22 de novembro de 2022, esse foi exatamente o dia em que eu falei com a minha ex pela primeira vez.

13/07/24

- A minha próxima avaliação é daqui apenas duas semanas (Química Analítica); é muito importante que eu vá bem, será o pontapé inicial de uma nova era pra mim.

- Fui ver o perfil do TikTok de um rapaz especial chama Igor Laiune (um baixinho com cara de japonês que tem a voz extremamente fina e anasalada e faz “nhac nhac nhac” nos vídeos) e percebi que ele mora no Rio e que os vídeos são gravados no Rio. Isso me lembrou da minha ex (que é do Rio) e também me lembrou que eu moro em uma cidadezinha pequena sem nada (eu gostaria tanto de morar em uma metrópole como Rio ou São Paulo e estar mais perto de tudo); fiquei mal.

- Hoje o candidato à presidência norte-americana Donald Trump sofreu uma tentativa de assassinato em um comício e chegou ser ferido; interessante que ano passado, quando estava pensando muito sério em me churrascar

de imediato, uma das coisas que de certa forma me incentivaram a ficar vivo seria ver o desenrolar das eleições presidenciais dos Estados Unidos no ano seguinte.

14/07/24

- Novamente sonhei com ela, mas parece que dessa vez foi a noite toda. Odeio a minha ex.

- Ouvi falar de uma mulher aleatória que descobriu estar com câncer e me perguntei o que eu faria e como ficariam os meus objetivos caso isso me ocorresse. Concluí que em uma situação assim eu iria abrir mão dos meus objetivos maiores (que envolvem ir pra outro continente), viajaria pro Rio às pressas e mataria minha ex com requintes de crueldade (depois me churrascaria — coisa que eu já iria fazer de qualquer forma). Odeio aquela vagabunda desgraçada.

- Hoje eu estou novamente me sentindo em um momento de "baixa energia" e com aquela sensação de "vergonha de existir" (tenho preguiça de entrar em detalhes, mas quando eu reler esse registro saberei especificamente do que se trata). Se fosse no passado, eu provavelmente estaria agora passando por dissonância cognitiva e entrando em auto-negação, pois poucos dias atrás eu estava tendo pensamentos sobre estuprar, matar, ser egoísta, agir de forma amoral, etc; entretanto, eu hoje em dia percebo que não há contradição aqui pois cada um desses sentimentos é reapresentado por pessoas diferentes que habitam em mim, pessoas as quais devem ter sua individualidade respeitada e seus anseios ouvidos, buscando sempre o equilíbrio e o bem estar da Eumunidade (a comunidade dos diferentes

“eus”) — eu posso ter múltiplas identidades simultaneamente e tudo bem, não há nada de errado nisso, não há nada que ser reprimido.

15/07/24

- Hoje já estou dentro no meu próximo ciclo de 120 dias, o anterior me rendeu resultados até razoáveis apesar de tudo.

- Muitas pessoas acreditam que possuem um lado “psicopata”, que elas são gente ruim e maligna ppr dentro, que os outros não deveriam mexer com elas se não quiserem sofrer as consequências, etc e quase sempre é mentira, pois são apenas sujeitos que acham legal a ideia de ser “psicopata” e querem fingir que são (o que torna isso cômico). Ao contrário do que um possível leitor desse diário acharia, eu não sou uma dessas pessoas, tenho consciência de que o meu “natural” é ser inofensivo mesmo; entretanto, eu não preciso me resignar a ser assim, eu pretendo cultivar um lado “mal” (já estou cultivando) e me induzir a ser uma pessoa assim pois isso é fundamental para os meus objetivos futuros — não importa que seja algo artificial e passageiro, o que importa é que funcione.

16/07/24

- Ontem fiz uma retrospectiva dos acontecimentos do segundo semestre de 2023 e reparei que tudo aconteceu em relativamente pouco tempo mas na minha percepção, na época, parece ter sido muito demorado — provavelmente devido à instabilidade emocional fazer eu me sentir de forma completamente diferente no decorrer poucos dias.

17/07/24

- Voltei a ser atormentado com aquela sensação de que estou atrasado e muito socialmente desajustado, o retorno às aulas foi o que provocou isso; voltar a ver pessoas da minha faixa de idade interagindo umas com as outras e vivendo suas vidas me causa um grande incômodo pois eu não tenho nada disso, nem um único amigo (fora da internet, claro), estou totalmente por fora e me sinto se eu nem fosse uma pessoa de verdade (apenas um fantasma existindo ali). A razão disso tudo é que na época (a adolescência) em que as habilidades sociais são formadas e os laços criados eu ficava o tempo todo viajando no mundo da lua, desligado de tudo ao meu redor e nem me preocupava com isso — se eu continuasse a assim pro resto da vida não seria um problema, o problema é que eu não sou mais assim (ou seja, eu sou como as outras pessoas no geral, tenho as mesmas necessidades, preocupações, anseios, etc, porém o meu desenvolvimento interno é muito atrasado em relação ao deles).

- Eu poderia, agora mesmo, matar alguém e me matar logo em seguida (realizando o crime em circunstâncias que façam ele viralizar e me tornar famoso — nem que seja por apenas alguns dias); o principal motivo pelo o qual eu não faço isso é a perspectiva de poder fazer algo de proporção muito maior e mais chamativa no futuro (ou seja, no final das contas o meu objetivo final é sempre o mesmo).

- Acabo de ver uma postagem falando sobre um número desproporcionalmente alto de “esquizos” da internet vir de Minas Gerais, isso me deu uma ânsia de fazer com que eu fique famoso por algo errado e entre nessa lista também — mas calma, tudo no seu tempo, só não faço nada agora pois pretendo fazer algo muito maior no futuro.

- Ver qualquer coisa relacionada a milkshakes me lembra da minha ex pois eu tomei milkshake com ela (eu não tenho nenhum costume de tomar

milkshake, acho que foi a primeira vez) — e, além disso, no pós-término ela reclamou de quando eu supostamente tomei quase todo um milkshake que ela pagou pra nós dois (só que isso é mentira, pois quem pagou o milkshake fui eu).

18/07/24

- Hoje eu, por algum motivo, cismei que o ônibus de 9:20 na verdade era 9:30 e acabei perdendo-o; mas tudo bem, não vai ter nada de muito importante na aula e pegando o próximo eu ainda chego na hora de marcar presença.

19/07/24

- Não quero ser otimista demais porém sinto que estou definitivamente mudando pra melhor, pois percebo que em certas aulas nas quais antes eu ficava contando os minutos pra acabar (e também me distraindo e sentindo vontade de olhar o celular toda hora) agora nem vejo o tempo passar tanto pois estou concentrado na aula em si.
- Esse mês eu ainda não me deparei com nada proveniente de qualquer perfil virtual da minha ex — aliás, acho que faz quase 30 dias que não me aparece nada dela.

20/07/24

- Estou com a leve suspeita de que, na verdade, dessa vez foi a minha ex que me bloqueou. Isso é engraçado, pois quando ela realmente tinha motivos pra bloquear não fez nada (nem removeu a amizade), quem

bloqueou fui eu; se ela está bloqueando agora então deve ter ocorrido algo pra fazer ela se sentir mal em relação a mim (ou então está namorando alguém que a fez bloquear o ex). Enfim, não tenho certeza de nada, são apenas suposições.

- Creio que, talvez, um dos motivos pro bom momento de 2021 não ter durado foi que apesar de ser uma época em que eu estava sendo genuíno comigo mesmo de um modo geral (igual agora) eu ainda relutava muito em admitir meu lado “mole” e “fraco” pra mim mesmo — e a “transformação” interna pela qual eu passei no primeiro semestre de 2022 teve exatamente a ver com passar admitir pra mim mesmo minhas fraquezas (infelizmente acabei exagerando e deu no que deu), o que corrobora ainda mais essa hipótese. Não posso repetir esse erro agora.

21/07/24

- Hoje, dirigi pela primeira vez desde que fraturei o braço (quatro meses atrás). Tive bastante facilidade comparado a como eu era antes, ainda mais levando me conta que não pratico há bastante tempo; creio que grande parte disso seja porque eu agora tenha menos daquela “névoa mental” (pretendo falar a respeito disso depois, talvez) do que eu tinha antes.

- Possivelmente, a existência da minha ex só continua a me incomodar porque eu não arrumei outra. Se eu não arrumar outra, vou pro Rio e mato ela com requintes de crueldade (talvez mesmo se eu arrumar outra, o que importa é como eu estiver me sentindo: se eu continuar me sentindo mal, independente de qualquer coisa, vou descontar nela, já que eu só estarei me sentindo mal por conta dela).

22/07/24

- Sonhei com a minha ex mas, ironicamente, ela não apareceu no sonho. Sonhei que íamos (eu e meus pais) pra casa dela porém ela e a família não estavam e quem nos recebeu foi ex-colega de escola meu. Entretanto, mesmo com ela não aparecendo foi dolorido rever a imagem daquela casa (ainda que tenha sido em sonho e ainda que a casa do sonho era um pouco diferente de como a casa dela realmente é).

- Dentre as pessoas que conheço pessoalmente, não há sequer um que seja tão atrasado na vida quanto eu — exceto os que, literalmente, possuem algum retardo mental. Conheci pela internet um tão atrasado quanto eu que mora na cidade vizinha, mas ainda não o vi pessoalmente (de qualquer forma, ainda é muito pouco e não muda na prática a observação que fiz).

- Ter amigos e ser amado são coisas vagas e que dependem de inúmeros fatores dos quais não se há controle; entretanto, tirar a própria vida ou a vida de outras pessoas é algo bastante concreto e objetivo. Eu não tenho nenhuma garantia de que terei amigos e serei amado, mas posso ter alguma segurança de que vou matar e tirar minha própria vida se eu assim desejar.

- Eu vou matar gente e me matar não por eu ser alguém violento, passo longe disso e se dependesse unicamente da minha “natureza” eu nunca iria machucar uma mosca. Eu farei isso porque eu considero tais coisas como realizações importantes, objetivos nos quais me empenharei e pelos quais estou disposto a sacrificar muita coisa e aplicar muito esforço (ainda que contrarie minha “natureza”).

- Que irônica a possibilidade de eu ter sucesso no que eu pretendo fazer, vai ser uma história de superação e ao mesmo tempo uma tragédia (pois, querendo ou não, fazer o que pretendo fazer demanda esforço, dedicação e lutar contra os demônios internos que têm mantido-me estático e medíocre todos esses anos). Poderão falar muitas coisas negativas de mim, mas não poderão dizer que eu não fui alguém que foi lá e fez, que eu fui alguém que só ficou na idealização e no pensamento, que eu fui alguém que desistiu e entregou os pontos.

23/07/24

- Ultimamente ando bastante ocupado (em grande parte por conta da prova de química analítica que terei na próxima sexta) e isso é um problema pois estou tendo muitas emoções negativas e reflexões novas (que são justamente consequência da ocupação) e sinto vontade de registra-las mas não tenho tempo e nem energia mental para colocar em palavras — estar falando isso aqui, agora, é uma forma de não deixar passar totalmente em branco o sofrimento interno que vivencio no momento (e quase sempre estou passando por algum sofrimento interno, mas há diferenças entre um e outro).

- Talvez pareça que eu estou fazendo muito drama e tempestade em copo d'água, mas se eu fizer o que eu pretendo fazer no futuro todas as coisas ditas por mim que atualmente parecem uma masturbação mental patética ganharão um tom diferente, mais trágico ou mesmo sombrio.

- Já disse antes e digo mais uma vez: eu não tenho nenhuma motivação ideológica, eu não enxergo o que eu pretendo fazer como uma espécie de expurgo de maus elementos, como uma vingança contra supostas

injustiças, como um ato de martírio ou revolução, e muito menos penso que eu estou remotamente “correto”; a minha motivação é emocional, eu vou fazer porque eu acho legal, porque a ideia de causar esse tipo de impacto faz eu me sentir bem e porque eu sinto que é uma realização — é isso!

- Elliot Rodger eliminou sete pessoas, então eu preciso eliminar pelo menos oito (tomara que uma delas seja a minha ex).

24/07/24

- Eu estou aprendendo (e diria que aprendendo muito bem) a separar o emocional do racional e nem por isso deixo de escutar o emocional (tendo plena consciência de que é apenas o emocional). Sei, por exemplo, que é um tanto ilógico demonizar a minha ex, pois creio que se eu estivesse na posição dela eu poderia fazer igual ou até pior, entretanto eu continuo a odia-la simplesmente porque sim (reconhecer que estou “errado” e estou sendo “irracional” é importante pra que eu me entenda melhor, mas não cura o que eu sinto de negativo em relação a ela, então eu escolho continuar sendo “errado” e “irracional” — talvez até mais apaixonadamente do que eu seria caso não admitisse isso pra mim mesmo). Sendo um pouco mais específico, tenho consciência de que eu provavelmente só era tão apaixonado por ela (talvez ainda seja) porque ela é a única mulher que eu toquei na vida, porque eu não tinha a opção de escolher outra e só continuo a sentir tanto a falta dela pois também continuo a não ter essa escolha; e digo mais, talvez só tenha sido fiel (e eu fui, até em pensamento não havia outras) porque eu não tinha a opção de trair, acho que se eu pudesse eu trairia mesmo (nada impede) — e mesmo levando tudo isso em conta eu não auto-censuro nem um pouco o ódio e ressentimento que tenho por ela, pois não me importa se estou “errado”, o que importa é o que eu sinto.

25/07/24

- Tirar o meu miband e ver ele em cima de alguma superfície me causa uma sensação estranha pois me provoca uma lembrança de quando eu o tirava para transar com a minha ex.

- Passei a última semana inteira estudando para a prova que terei amanhã (ontem mesmo estudei literalmente desde o acordar até o adormecer, sob efeito do venvanse 70mg) mas sinto que não consegui assimilar o conteúdo necessário e vou acabar indo mal mesmo assim. Isso é ruim, porque ao contrário de 99.9% das outras vezes eu realmente estudei, não apenas “tentei” e fiquei procrastinando, mas o conteúdo é muito vasto e os exercícios passados muito complicados. Ainda não realizei a avaliação, mas já sinto que não terei um bom resultado.

26/07/24

- Fiz a prova e acho que realmente não fui bem. Sei que pelo menos duas eu acertei, porém isso é desproporcional ao tanto que eu estudei.

27/07/24

- Pensando melhor, até que não fui tão mal na prova, eu devo tirar 50–60% da nota (na pior das hipóteses, 40%) e isso é um avanço muito grande se levar em conta que é uma prova a qual eu normalmente zeraria — além do mais, essa nota me dá uma boa base pra ir bem nas próximas avaliações e ser aprovado (e o que realmente importa é a aprovação). Então, no final das contas, o esforço valeu toda a pena.

- É bem possível que daqui dez anos ou mais eu olhe para as preocupações e neuroses que tenho hoje em dia e ria, ache que é tudo bobeira, que eu sou feliz e não me dou conta, etc; mas eu, atualmente, não acho que nada do que penso e sinto seja inócuo (ainda que sejam coisas negativas), então ainda bem que antes de chegar nesse estágio eu já vou, necessariamente (pois faz parte fundamental do meu objetivo de vida), ter morrido/sido morto — então eu retiro o “é bem possível” e digo “SERIA bem possível”.

28/07/24

- A melhor decisão que eu tomei na vida foi ter decidido me matar, não só por conta disso ter me forçado a sair da minha zona de conforto e começado a fazer mudanças positivas mas também porque esse sempre foi o meu destino independente de qualquer coisa e o quanto antes eu me preparar para ele melhor. Caso as coisas tivessem dado mais certo na minha vida anteriormente eu iria ficar mais apegado à ilusão de querer que elas durassem pra sempre e quando a decadência (vinda com o envelhecimento) ficasse óbvia o baque seria muito mais intenso.

29/07/24

- Eu havia dito, semanas atrás, que esse mês de julho iria seria o primeiro em dois anos no qual eu não viria a chorar e/ou passar por momentos de instabilidade emocional intensos. Dito e feito, o mês está prestes a terminar e, realmente, nenhuma dessas coisas veio a ocorrer.

- Entre o início da Operação Barbarossa (22/06/1941) e a Invasão da Polônia (01/09/1939) há 660 dias, se eu subtrair essa mesma quantidade de tempo do dia em que a minha ex terminou comigo (12/07/2023) o resultado que eu

tenho é o dia 20/09/2021 e essa é exatamente a data em que eu comecei o meu curso na faculdade.

- De acordo com minhas previsões, eu devo conseguir terminar a faculdade em meados de 2027; isso me dá mais ou menos dois anos de vida até eu completar 30 (e eu não quero chegar nos 30, muito menos passar deles). Parece pouco, mas pensando bem é até bastante tempo, pois a duração do namoro que tive com a minha ex foi seis meses então tudo que passa de seis meses já é uma quantia de tempo satisfatória.

30/07/24

- Fiz outra prova hoje, dessa vez de bioquímica; não me preparei e tenho certeza que fui mal, talvez tenha até zerado. Não me animei muito de me preparar pois o professor não passou o cronograma com as datas e distribuição de pontos logo no início período, não havia lista de exercícios pra estudar, eu ainda estou um pouco cansado de estudar para a prova que fiz sexta e além do mais eu não sabia como são as provas dessa matéria já que é a primeira vez que a faço — mas agora eu já sei, então vou correr atrás do que foi perdido (minha meta é passar em tudo nesse semestre).

- Outro problema de fazer anotações curtas de pensamentos que eu tenho pra depois transformar em um registro é que se eu demorar muito pra fazer isso o registro em questão até perde o sentido. Semanas atrás eu tive a ideia de registrar que sinto que estou entrando em uma boa época e que portanto eu devia ficar atento pra possibilidade de ocorrer outro acidente que faça tudo ir por água baixo igual ocorreu quando quebrei o braço no mês de março; entretanto, já se passou tempo o bastante pra algo assim ocorrer e ainda não ocorreu, e mesmo que nada impeça de ocorrer agora

mesmo ou no futuro próximo não vai ser a mesma coisa (não vai ser tão simbólico quanto) que ocorrer bem no início de uma “boa época” — mas eu espero que não ocorra é de jeito nenhum.

- Hoje eu fui comprar leite no supermercado aqui perto e encontrei um camaronês na saída pedindo ajuda pra conseguir dinheiro, deu pra ver que era camaronês mesmo (ou pelo menos que é africano) tanto pela aparência quanto por saber falar inglês e francês. Conversei brevemente com ele e dei o dinheiro que ele relatou ser o necessário pra pegar o transporte pra capital do estado — não é todo dia que tenho a chance de conversar com alguém de outro país e em outro idioma.

31/07/24

- Reservo certos assuntos para serem discutidos e debatidos apenas comigo mesmo e ninguém mais (sem exceções), entre eles as minhas verdadeiras crenças (o Fluxo) e o que eu pretendo fazer no futuro (além de morrer). Esse é um aspecto positivo de ter a consciência de que eu sou várias pessoas ao invés de uma só, não sinto mais tanta necessidade de compartilhar qualquer pensamento com o mundo externo pois sei que ele pode ser discutido internamente e que as pessoas que participarão de tal discussão irão ser mais compreensivas e interessadas do que qualquer um “de fora”.

- Percebo que hoje em dia eu olho para os eventos de 2022–2023 (falo de eventos que ocorreram externamente e não apenas na minha cabeça) da mesma forma que antes desse período eu olhava para os eventos de 2018–2019 (não vou descrever aqui no que consiste cada conjunto de eventos pois estou com preguiça, mas quando eu reler isso aqui saberei

exatamente do que estou falando). Não sei dizer exatamente quando foi o fim e início da temporada de 2018–2019 tanto por a minha memória não ser tão boa e precisa quanto por eu ter pouquíssimos registros referentes a essa época (em parte porque eu não registrava tantos aspectos da minha vida como registro hoje em dia e em parte porque quase todos os registros que havia foram deletados no início de 2020), mas divido em três etapas e diria que a primeira começou mais ou menos em março e terminou em setembro, que a segunda começou em setembro e terminou em maio do ano seguinte, e que a terceira começou em maio do ano seguinte e terminou em janeiro de 2020 (mais especificamente o dia 16 de janeiro de 2020); já o 2022–2023 é muito melhor definido e eu sei determinar as datas com melhor precisão, sendo a primeira etapa entre os dias 28 de maio de 2022 e 22 de novembro de 2022, a segunda etapa entre os dias 22 de maio de 2022 e 12 de julho de 2023, e a terceira etapa entre os dias 12 de julho de 2023 e 16 de março de 2024. Do mesmo jeito que em 2020, 2021 e início de 2022 o período entre 2018 e 2019 ficou sendo referência pra várias coisas na minha mente (nostalgia, erros, traumas, experiências, arrependimentos, etc) hoje em dia esse espaço é ocupado por 2022–2023 (inclusive com mais intensidade).

- Se eu realmente sou arte e a obra prima da qual tanto sonho ser autor é minha própria história de vida então todos os fracassos e mediocridades que vivi até agora fazem parte do enredo e portanto não deveriam ter ocorrido de maneira diferente (eles fazem eu ser quem eu sou); além do mais, ainda tenho uns cinco anos de vida pela sempre, isso é bastante tempo e é o contraste entre eles e o que eu vivi anteriormente que vai dar um significado maior pra tudo — só não posso ficar pensando nisso toda hora, caos contrário vai acabar interferindo no desenrolar das coisas (por

outro lado, essa própria interferência pode fazer parte da história também; enfim, deu pra entender).

01/08/24

- Ontem eu consegui alcançar 100.000xp de diferença com a minha ex no Duolingo (no caso, 100.000xp na frente dela).
- Gostaria de corrigir que a temporada de 2018–2019 (falo do registro que fiz ontem) na verdade começou dia 12 de março de 2018 e não dia 13 — e também que a temporada 2022–2023 terminou dia 20 de março de 2024 e não dia 16 (o dia 16 seria o fim de um daqueles ciclos de 120 dias, mas não ocorreu nada de mais naquele dia em específico; já no dia 20 eu quebrei o braço, algo bem marcante).

02/08/24

- Se eu futuramente atingir certo nível de satisfação pessoal/interno eu talvez desista dos planos; falo de chegar em um ponto em que eu vou me sentir tão bem que mesmo sendo lembrado de que estou velho (e cada vez mais velho), ultrapassado, medíocre, irrelevante e outras coisas das quais tanto me lamento aqui eu não ficarei nem um pouco abalado. Mas é um nível muito alto e tenho quase certeza que não atingirei (e de certa forma prefiro não o atingir, pois eu quero muito fazer as coisas que tenho como objetivo).

03/08/24

- Ontem eu vi uma referência ao episódio de Chaves onde o Professor Girafales fala sobre Colombo ser genovês e eu não gostei disso pois o

suposto atual da minha ex (digo “suposto” pois não sei se ainda estão juntos) supostamente tem o sobrenome “Balbi” e pelo o que pesquisei no Google esse é um sobrenome de origem genovesa.

- Acho que eu poderia dizer que sou um budista “ao avesso”, pois eu não discordo da doutrina budista sobre a natureza impermanente e fluida da existência (é exatamente disso que eu falava quando escrevi sobre o Fluxo), porém o budismo chega na conclusão de que devemos nos desapegar de tudo para diminuir cada vez mais o “karma” na existência e assim “desacelerar” o fluxo das coisas enquanto eu defendo exatamente o contrário: que nos agarremos apaixonadamente a essa existência e que busquemos as vivências, emoções e experiências mais intensas e marcantes possíveis (sejam “boas” ou “más”), tanto internamente quanto externamente. Por isso, eu odeio o budismo mais do que qualquer coisa (e também odeio o estoicismo).

- Tomando como base o transcorrido entre a temporada 2018–2019 e a temporada 2022–2023, eu suponho que nada muito fora do ordinário virá a ocorrer na minha vida durante os próximos dois anos. Entretanto, é claro que isso é apenas uma hipótese, eu não conheço o futuro e ele pode muito bem ser bastante diferente disso.

04/08/24

- Hoje, há exatamente um ano, a minha maritaca (a Loura) falecia após ter passado quase 18 anos comigo.

- Hoje eu fiz uma postagem de brincadeira sobre uma espécie química fictícia chamada “Pardo” (a ideia de fazer isso brotou do nada na minha cabeça), poucas horas depois eu vou estudar para a prova de Citologia do Colo do

Útero que terei a manhã e me deparo com uma menção a “Pardo de Bismarck”, vou pesquisar e descubro que realmente existe um corante com esse nome. Bela coincidência.

05/08/24

- O tempo continua passando mas agora eu sinto que, pelo menos em parte, estou sendo um agente ativo nessa passagem. Não sei explicar direito em palavras.

- Ontem eu passei a maior parte do dia estudando e acabei não fazendo lições no Duolingo o bastante pra me manter entre os 10 primeiros colocados e ganhar o torneio diamante; percebi isso faltando menos de uma hora e comecei a fazer lições de 20xp freneticamente (eu já havia gasto as poções que dobram o xp), porém o cara que estava uma posição acima de mim começou a fazer o mesmo pra que eu não o alcançasse. Felizmente fui mais rápido e nos últimos dois minutos o ultrapassei e por muito pouco consegui ficar no top 10.

- Até o momento, estou consideravelmente satisfeito comigo mesmo tendo em vista a pessoa que eu fui nos últimos meses; não sinto mais tanta inconstância quanto antes, sinto que finalmente entrei nos trilhos e tenho me mantido neles, que não só comecei a caminhar em direção a um objetivo como já percorri uma pequena parte do caminho. Em 2022–2023 a minha instabilidade era indiscutivelmente maior, não só as minhas emoções flutuavam bastante como também a minha própria perspectiva de mundo e auto-imagem, cada mês eu tinha opiniões diferentes (não todas, mas pelo menos algumas) e planos de vida diferentes (quase todos fantasiosos e mal-definidos); se essa instabilidade e inconstância eram produto do meu

fracasso, a causa dele ou as duas coisas eu não sei, mas estou feliz em ver isso mudar. Eu diria que esse novo período de estabilidade começou dia 11 de abril, quando aderi ao Fluxismo e voltei a escrever esse diário.

06/08/24

- Tenho falado relativamente pouco da minha ex, mas de modo algum esqueci dela, eu ainda lembro tudo e a odeio com a mesma intensidade. Ela não perde por esperar, um dia eu ainda me vingarei, de um jeito ou de outro.

07/08/24

- Estudar para essa próxima prova (Química Orgânica II) está sendo mais difícil do que eu esperava pois a professora não da resposta pra lista de exercícios que ela pois acha que saber a resposta limita o aprendizado. Penso exatamente o oposto, é justamente sabendo a resposta que eu terei segurança para aprender o jeito certo de resolver e assim compreender a matéria mais rapidamente.

08/08/24

- Acabo de fazer a primeira prova de química orgânica II desse semestre (e é a minha primeira vez que faço essa matéria também), dessa vez eu realmente estudei e não apenas fingi que estudei ou tentei estudar e não consegui — igual foi com a prova de química analítica que fiz algumas semanas atrás e a prova de química orgânica I que fiz no início do ano pra conseguir finalmente passar na matéria (nunca consegui fazer isso antes na

vida, essas estão sendo as minhas primeiras três ou quatro vezes). Quando peguei a prova pensei que só fosse conseguir fazer uma única questão das cinco, mas acabei conseguindo fazer quatro delas e pelo o que conferi após terminar a prova eu mais ou menos acertei todas que consegui resolver; não quero criar expectativas mas penso que vou conseguir no mínimo tirar metade da nota (o que é ótimo, levando em conta que eu normalmente iria zerar em uma prova assim). Inclusive, fiz poucos registros nos últimos dias por estar focado em estudar, mas aparentemente valeu a pena e logo volto a registrar com mais frequência.

09/08/24

- Diria que um tema comum de 2022–2023 foi que os bons momentos não foram escolha minha, mas apenas sorte e justamente por isso acabaram logo sem que eu conseguisse manter. Um exemplo é que em meados de 2022 eu fiquei com o percentual de gordura corporal relativamente baixo mas quase tudo graças a ter ficado doente por alguns dias, daí em meados de 2023 (época em que minha ex terminou comigo) eu já estava relativamente “gordo” outra vez (quando digo “gordo” quero dizer estar sem definição, com a gordura corporal em torno de uns 18%); outro exemplo seria eu ter começado a namorar minha ex e ficado eufórico com isso por estar com a sensação de que eu era capaz de atrair uma mulher, que as coisas finalmente estavam acontecendo na minha vida, que agora eu me via como igual aos outros já que havia deixado de ser virgem, etc, daí ela terminou comigo e eu fiquei pior do que estava antes. Agora em 2024, por outro lado, eu estou me sentindo bem mas é em decorrência de minhas próprias decisões (minha auto estima está se elevando novamente por eu estar conseguindo, finalmente, estudar de verdade; além disso, meu físico está em forma mais uma vez e não por alguma doença e sim porque eu me

empenhei desde setembro do ano passado em dieta e treino), tenho a sensação de controle.

- Acho que ter conseguido estudar pra aquelas duas provas de química orgânica em fevereiro desse ano (foi a primeira vez na vida que eu consegui estudar de verdade) e assim finalmente passar na matéria (tudo com meu próprio esforço) foi algo até mais marcante pra mim do que transar com a minha ex.

- Recebi a nota da prova de química analítica que fiz algumas semanas atrás e realmente não fui bem, tirei 1 em 2.5. Eu já estimava que o pior dos resultados possíveis seria isso, além do mais duas das questões que eu errei foram por conta de trocar um número nos cálculos e não por não saber o jeito certo de resolver; mesmo assim, é um pouco desanimador esse resultado depois de estudar tanto. De qualquer forma, é melhor do que zerar (o que ocorreria se eu não tivesse estudado).

- Se o que a minha ex dizia sobre si mesma quanto a não ter saudades de ninguém e não guardar sentimentos do passado (ela disse que não chegou a sentir falta nem da própria mãe quando passou um mês longe dela) realmente for verdade eu me vejo obrigado a futuramente fazer algum mal pra ela de forma ativa (algo de proporção muito significativa) — pois ela pode ser desprovida de certas emoções mas tenho certeza que não é desprovida de receptores de dor. Claro que, como já disse antes, se vier a ocorrer alguma coisa na minha vida que faça a significância dela diminuir eu naturalmente irei deixar essa ideia de lado; no entanto, esse acontecimento hipotético ainda não aconteceu e nem sei se vai acontecer, então meu posicionamento oficial é o de que está decidido que eu futuramente irei me vingar da minha ex, de alguma forma ou de outra — é um dos meus objetivos definidos. Só pretendo tomar cuidado pra que o objetivo de fazer

mal a ela não prejudique o meu outro objetivo maior, mas se eu for sortudo e perspicaz o bastante é capaz até de eu conseguir fazer ambas as coisas ao mesmo tempo — enfim, isso fica pro futuro.

10/08/24

- Eu sou o Antibuda.

11/08/24

- O resultado que eu tive nessa última prova é uma boa ilustração do que eu havia acabado de constatar algumas horas antes sobre o bom momento atual ser resultado das minhas próprias ações ao invés de sorte, pois todas as questões que acertei são questões que eu soube fazer com segurança e compreendi plenamente. E digo mais, não só não tive sorte como tive um pouco de azar também, pois pelo menos duas das questões errei eu também sabia como fazer porém troquei um número por falta de atenção (ou seja, minha nota pode não ter sido tão boa mas posso ter a certeza de que dessa vez foi puramente produto do meu esforço e aprendizado).

12/08/24

- Entendo “gnose” como sendo qualquer pretensão a conhecer “verdades” (principalmente “verdades místicas” ou “espirituais”) por meios não convencionais (por meios que não sejam a sua própria razão e percepção do mundo ao seu redor), geralmente visões, revelações, “intuição”, etc. Assim sendo, eu diria que fui gnóstico quase toda a vida desde que entrei na adolescência e só deixei de ser entre maio de 2021 e o início de 2022 e

também, ironicamente, quando aderi ao Fluxismo em abril desse ano; penso que "para-gnóstico" seria uma boa definição para a minha percepção de mundo atualmente, pois eu vejo as "gnoses" como ferramentas muito úteis em acelerar o Fluxo porém não como fins em si (por outro lado, a própria crença no Fluxo, na Metrópole e tudo mais pode ser considerado uma "gnose"; entretanto, não é uma gnose limitante como todas as outras, não há nenhum atrito entre ela e o nosso mundo aqui e agora, o mundo objetivo).

- Pessoalmente, acho que não faz muito sentido ver a traição masculina como igual (ou mesmo pior) que a feminina caso não envolva prostituição ou qualquer troca do gênero. Atrair mulheres é algo muito difícil pros homens de forma geral (penso eu), então se um deles se mostra capaz de não só arrumar uma parceira como também de arrumar mais outra por fora desse relacionamento então ele está se mostrando um homem de altíssimo valor, ele é capaz de algo que não é pra qualquer um — então eu até entendo a mulher traída lamentar que está sendo trocada, mas pelo menos ela pode saber que tem alguém de alto valor ao seu lado. Já a mulher consegue trair com toda a facilidade do mundo, então definitivamente não é a mesma coisa.

13/08/24

- I'm not insane, just plain evil. Como já disse antes várias vezes, eu não acredito em nenhuma justificativa ideológica/moral/ética/espiritual para as coisas que pretendo fazer (tanto contra minha ex quanto contra outras pessoas), eu simplesmente quero fazer e é isso (claro que também há o aspecto de contribuir para o fluxo, mas eu também poderia contribuir para o

fluxo fazendo coisas consideradas “boas”; então, na prática, não muda nada).

- Frequentemente eu tenho sensações que remetem a todos os anos anteriores desde 2020 (não no sentido de me lembrarem de tais anos em si mas no de que eu sinto que já vivi aquilo anteriormente em cada um deles). Isso pode ser algo ruim, se for visto como um indício de que não estou saindo do lugar, mas no geral eu vejo como algo nem bom e nem ruim. Também é algo que corrobora a ideia de que eu só existo (em minha atual forma) desde 2020 (pois eu não sinto nenhuma sensação que ressoe com 2019 ou antes).

14/08/24

- Eu havia me dado o prazo de “me definir” internamente até novembro desse ano (quando chegarei na metade do período de tempo compreendido entre dia 16 de janeiro de 2020 e 13 de setembro de 2029) e acho que estou indo no caminho certo quanto a isso. Desde o dia 11 de abril desse ano (2024), quando eu aderi ao Fluxismo e voltei a escrever esse diário, tenho tido a sensação de que finalmente me encontrei e finalmente estou sendo o mais honesto possível comigo mesmo; desde então, cada dia que passa eu faço uma descoberta nova sobre mim mesmo porém mantendo constância, continuando a ter o mesmo objetivo final, os mesmos valores e mesma perspectiva. Sinto que de agora em diante minha trajetória será linear (até culminar em um clímax, no seu final), não mais ficarei desviando para a direita e para a esquerda a cada dois meses igual me ocorreu em todos esses anos passados da minha vida.

- Eu vivi 2020, 2021, 2022 e 2023, totalizando 4 anos diferentes; atualmente estou em 2024 e me resta viver 2025, 2026, 2027 e 2028 (mais quatro anos inteiros, sem contar 2029 pois o plano é que eu devo morrer antes do fim de 2029). Nesses 4 primeiros anos inteiros (os quais eu começo a contar desde 2020 pois considero que foi em 2020 que eu passei a existir como pessoa, sendo a época pré-2020 a minha “pré-história”) eu fiquei estagnado e internamente inconstante apesar de ter vivenciado alguns avanços como namorar e iniciar o meu curso na faculdade, essa combinação entre estagnação e inconstância me levou à ruína que eu vivenciei no ano passado e essa ruína levou a um processo de reconstrução o que eu venho vivenciando nos últimos seis meses e estou vivenciando exatamente agora; a ideia é que os 4 anos inteiros que ainda me restam pela frente sejam a antítese dos 4 anos inteiros passados e que terminem em minha apoteose ao invés de terminar novamente em ruína. Em outras palavras, eu atualmente estou construindo a pessoa que serei nos próximos quatro anos — e o processo de construção está a todo vapor.

15/08/24

- Minha calopsita fêmea botou um ovo e ontem ficou chocando ele, não queria deixar ninguém chegar perto, já hoje parece que não liga mais pro ovo e mesmo eu a colocando de volta no “ninho” ela não faz questão de chocar; isso me lembra bastante da minha ex.

- Ultimamente ando muito interessado em alguns assuntos específicos referentes ao início do século XX (políticas socialistas do Nacional-socialismo, origens esotéricas do NS, atrocidades cometidas pela URSS, colaboração entre a URSS e a Alemanha NS, etc) e tenho receio de que isso esteja me roubando muito tempo útil e acabe me levando a cair outra

vez nos ciclos de procrastinação dos quais lutei tanto pra sair. Espero que não.

- Recebi a prova de química orgânica II que fiz semana passada e fui muito mal, tirei 0.8 em 3.0; isso é muito pior do que fui em química analítica, abaixo inclusive do possível mínimo que eu esperava. A minha situação agora está crítica.

- Analisando minha situação referente às notas, concluo que meu estado é de fato muito grave, tirei menos de 50% em duas avaliações para as quais estudei bastante e esperava conseguir pelo menos algo próximo da média (não foi tão ruim quanto costumava ser quando eu apenas fingia estudar, mas não foi muito longe também, o que é inaceitável visto que dessa vez eu, de fato, estudei). Entretanto, nem sequer cogitei a ideia de que tudo está perdido e já pensei em um plano que pretendo começar de imediato; vou cortar todo tipo de entretenimento que seja irregular (que não seja algo que faço todo dia, metodicamente), me tome tempo e energia mental e não tenha diretamente a ver com meus objetivos definidos e usarei o tempo que essa mudança deixará disponível para trocar o meu modo de estudo, pois antes eu estava deixando pra estudar tudo, intensamente, faltando uma semana para prova (acreditando que era o bastante, pois funcionou quando fiz isso para passar em química orgânica I no início do ano) mas agora pretendo começar bem antes de modo que eu tenha tempo de não só me situar e aprender a matéria como também aprender as nuances do conteúdo (pois foi por ter errado tais nuances que fracassei em ambas as provas cujo resultado já recebi até agora).

- Os próximos 30 dias (mais ou menos) serão de extrema importância pra minha vida como um todo e moldarão meu futuro (ou a falta dele) nos próximos anos, pois em seu decorrer eu irei realizar as próximas provas e

preciso ir muito bem em todas se eu quiser passar em tudo nesse período (o meu maior objetivo curto prazo, cujo cumprimento é fundamental para os de longo e médio prazo). Entretanto, nas provas que fiz até o momento eu não consegui sequer ir mais ou menos, mesmo estudando bastante, então preciso me reiventar mais uma vez enquanto estudante caso queira que as coisas dêem certo, o que torna esse período que tenho pela frente (de pouco menos de um mês) ainda mais decisivo.

- Se a minha ex me tinha bloqueado então ela já desbloqueou, pois acabo de ver o perfil dela em um lugar aleatório.

- Ter ido tão mal nessa prova de química orgânica II mesmo após estudar bastante e achar que fui bem me abalou um pouco, agora estou com a sensação de que tudo o que eu fizer vai dar errado independente do meu esforço. Claro que isso é só coisa da minha cabeça, mas espero que passe logo.

- Eu falei agora pouco que os próximos 30 dias vão ser decisivos na minha vida por conta das avaliações e acabo de me dar conta que meu aniversário é daqui 30 dias. Isso de certa forma rima com o que eu estava pensando no final do ano passado sobre morrer antes dos 25 (e não antes dos 30, como planejo agora), pois se eu não conseguir o que eu pretendo não sei o que será da minha vida depois (talvez eu até mesmo realmente morra antes dos 25 e cumpra a “profecia”).

16/08/24

- Então é isso, a forma como eu chegar aos 25 determinará como serão os anos que me restam de vida; ou eu chego com as esperanças renovadas e

a mente mais uma vez reinventada ou eu chego fracassado e ainda mais decadente (ou talvez nem chegue).

- Apesar da porrada que foi ter recebido tais resultados nas provas (mesmo estudando de verdade) eu não estou me sentindo nem desesperado e nem desanimado. Creio que por eu pelo menos ter uma ideia bem definida do que tentar fazer pra (começar a) solucionar tal situação.

- Não chego a sentir grandes níveis de vergonha quando tenho certas lembranças de 2022–2023 (sei exatamente de quais lembranças estou falando, não quero gastar tempo as listando), eu sei que de um ponto de vista externo (e certos pontos de vista internos em específico — pois há várias pessoas dentro de mim, cada uma com opiniões diferentes) elas podem parecer muito vergonhosas mas hoje em dia sou capaz de compreender não só que as pessoas internas responsáveis por isso na época não são mais as mesmas pessoas internas que predominam em meu interior atualmente mas também compreender que as circunstâncias que levaram tais pessoas internas a agirem de tal forma e perdoa-las por isso (afinal de contas, eu sou várias pessoas diferentes mas todas partilham o mesmo corpo e mente, então é imprescindível que umas prezem pelo bem das outras). Além do mais, estou bastante inclinado a acreditar que tais experiências (muitas das quais, por exemplo, envolveram chorar pela primeira vez em quase dez anos) foram necessárias para o meu desenvolvimento emocional, pois consigo enxergar uma relação causal bem definida entre as mesmas e as transformações internas que ocorreram posteriormente; talvez poderia ter ocorrido diferente (ou seja, sem necessidade de tais vivências), mas não consigo imaginar como.

- Uma das várias formas em que a minha ex terminar comigo foi um marco extremamente importante é que a passagem do tempo desde então tem

sido muito mais linear e bem definida do que era antes, consigo enxergar continuidade nesses últimos 401 dias em um nível muito mais preciso do que enxergo nos períodos anteriores; não falo de "continuidade" no sentido de ter "coerência interna" e de ser a "mesma pessoa" desde então, mas sim no de ser fácil ordernar e separar os eventos cronologicamente. A explicação mais óbvia é que passei a me importar muito mais com a passagem do tempo após o término, primeiramente em razão de querer saber quanto tempo levaria pra eu superar ou mesmo pra haver uma suposta chance da gente voltar, depois porque eu comecei a escrever esse diário, coloquei na cabeça que iria querer morrer antes do fim do ano e comecei a contar os dias, etc e isso levou a um interesse auto-consciente no assunto "cronologia" em si (algo bem presente nos próprios registros que faço aqui, então não irei exemplificar); assim sendo, comecei a pensar na passagem do tempo do tempo presente durante a própria passagem do mesmo (passei a pensar em quantos dias falta pra tal data, quanto tempo se passou desde tal evento, etc), coisa que eu não fazia antes (a minha cronologia do pré-12/07 é satisfatória, mas em grande parte porque eu sou bom com referências e consigo posteriormente pesquisar em quais datas aconteceram tais coisas; na época em que tais coisas acontecia eu ainda não me situava no tempo igual eu me situo atualmente, por isso era tudo muito mais "embaçado".

- Surgiu-me a ideia de inventar um "Espírito de 2024" pra descrever o zeitgeist interno que tem existido dentro de mim desde o 12/07, inspirado no "Espírito de 1914" (a euforia que se instalou na Alemanha com o início da Primeira Guerra). De início, fiquei um pouco na dúvida pois no meu calendário pessoal já estamos em 2025/ano 25 (visto que de acordo com tal calendário os anos se iniciam no meio do ano do calendário padrão) e também porque o termo se aplica a muitas coisas que aconteceram no ano

2023 do calendário padrão; entretanto, logo me dei conta de que os eventos mais importantes ocorreram todos no último semestre do ano passado (calendário padrão) e primeiro semestre desse ano (calendário padrão), tendo se iniciado com o 12/07 ou então com o 19/10 e terminado com a ascensão do Fluxismo (11 de abril de 2024), — não havendo nada de muito marcante no segundo semestre desse ano ainda — e que esse período de tempo corresponde exatamente a 2024/ano 24 no meu calendário pessoal, portanto o nome é adequado. Assim sendo, que eu me encha do Espírito de 2024 para enfrentar o que vem pela frente nas próximas semanas.

- My inner struggle — that is, to define what am I (not just “who”) — is to be finished by november and this goal is more or less accomplished; this is to be followed by a continuation of my outter struggle — that is, the material one, which pertains not just finance but also health, physique, achievements, aesthetic, independence and the gathering of the kind of confiance that is conditional — which is to be finished until my 27th birthday (I know I won’t be able to create the perfect material conditions, but my endgoal is to improve them just enough so the problems holding me back at the moment will be solved). Then, all my thoughts and efforts will turn to my process of apotheosis, which is to be finished right until before my 30th birthday; after that point, I will be no more (or, alternatively, I will be forever).

- Preciso ser cauteloso com essa suposta “confiança” que estou sentindo quanto a recuperar as notas perdidas (ao mesmo tempo que abalou a minha confiança eu também não entrei em desespero ou desânimo, então considero que estou “confiante”), pois eu me lembro de sentir algo parecido em muitos momentos de 2022–2023 só para quebrar a cara depois (e foi justamente essas quebradas de cara que me levaram até onde me encontro). Por outro lado, há diferenças importantes, visto que nesses momentos anteriores eu apenas tinha o pensamento místico de que eu

magicamente teria um estalo que me levaria a estudar tudo e assim resolver a situação, enquanto agora eu tenho uma visão muito mais concreta e bem definida do que fazer (e inclusive já dei alguns pequenos passos hoje mesmo).

- Eu não sou apenas Arte, também sou História.

17/08/24

- Ontem me veio na cabeça a ideia de montar uma linha do tempo entre o 12/07 e agora (incluindo os eventos que levaram diretamente ao 12/07), cheguei a começar mas parei logo pois não posso ficar gastando tempo com isso sendo que tenho que estudar.

- O evento que levou diretamente ao início da Primeira Guerra, o assassinato do Arquiduque Francisco Ferdinando, ocorreu dia 28 de junho de 1914 e exatamente um mês depois (28 de julho de 1914) a guerra começava. A última vez que eu e minha ex nos encontramos presencialmente foi entre os dias 8 e 11 de junho de 2023, e o término foi dia 12 de julho de 2023, praticamente um mês depois.

18/08/24

- Não há nada de especial nas coisas que eu vivo, inclusive penso que tenho a vida até mais parada (incluindo a vida interna, o que só acontece em nossa cabeça) que a maioria das pessoas. Entretanto, eu ainda assim tendo a pensar que eu tenho um diferencial em relação às outras pessoas (não estou afirmando, com certeza, que tenho, é apenas uma opinião) devido à minha capacidade de dar muito significado ao pouco que eu vivo.

- Acabo de me lembrar que amanhã é aniversário da minha ex, um lembrete desagradável tendo em vista o mau momento que estou vivendo por conta da faculdade. Mas pro bem dela é bom eu conseguir superar esse mau momento, se não vai haver consequências (eu não vou morrer sozinho); não que ela tenha qualquer coisa a ver, mas eu a odeio e a ideia de fazer o que pretendo fazer é algo que me agrada e me alivia um pouco dos sentimentos negativos (então eu vou fazer, se não agora então futuramente).

19/08/24

- Hoje é o aniversário da minha ex, o primeiro desde que comecei a escrever esse diário e o segundo desde o término. Ironicamente, não chegamos a passar nenhum aniversário (nem meu e nem dela) juntos pois ela terminou pouco tempo antes; isso (ter durado tão pouco) mostra o quão insignificante e corriqueiro foi o nosso relacionamento pra ela, só uma nota de rodapé na vida daquele excremento de aborto (é isso que ela é). Mas não vai ficar assim, por agora o que nós vivemos pode não importar quase nada pra ela, mas futuramente vai a custar sua própria vida.
- Consegui tirar uma nota acima da média na primeira prova de citologia do colo do útero, pelo menos isso.

20/08/24

- Quando falo de “definir-me internamente” estou me referindo a nada mais que o processo de sincronizar toda a comunidade de pessoas internas habitando em mim em prol do meu objetivo futuro; trata-se de um processo que respeita as individualidades e diferenças de cada um ao mesmo tempo

que os direciona (na medida do possível) para um determinado fim (a minha auto-realização, minha apoteose), e por isso se mostra bastante promissor. Anteriormente, eu ficava em um estado de indefinição (e isso se refletia externamente com meus fracassos) pois ou eu permitia que as minhas pessoas internas agissem de forma totalmente desregulada e buscassem objetivos contraditórios entre si ou então (quando tentava “me consertar”) eu reprimia totalmente algumas pessoas e tentava fazer com que elas fossem expurgadas da Eumunidade (o que gerava estresse, alterava indevidamente minhas dinâmicas internas e acabava sendo causa de gasto excessivo de energia, instabilidade, mais indecisão ainda, etc) — por vezes, as duas coisas aconteciam simultaneamente, com eu reprimindo pessoas do meu ser que nem faziam tanto mal (ou seja, usava de bodes expiatórios) enquanto permitia que os verdadeiros vilões atuassem livremente.

- Eu não julgo que eu tenha algum diferencial “intrínseco”, eu realmente sou apenas mais um, nem mesmo os meus pensamentos chegam a ser tão originais; entretanto, eu tenho como meta me fazer diferenciado e eu estou mais que disposto a dar minha vida (e a de outras pessoas) em prol disso. Creio que a combinação dessa minha ânsia por reconhecimento e imortalização com minha auto-consciência (pois eu sou, sim, auto-consciente; como já disse outras vezes, eu não penso que sou um revolucionário, que estou iniciando uma revolta contra sociedade ou qualquer coisa assim, o que eu pretendo fazer é bem possível humanamente e não tem nenhuma pretensão ideológica) seja, em si, razoavelmente original.

21/08/24

- Ontem, no ônibus de volta pra casa, sentei atrás de uma menina que tinha o cabelo (e até o formato da cabeça) muito parecido com o da minha ex, cheguei a sentir como se estivesse diante dela (aquela vagabunda) outra vez. Felizmente, o rosto não era nada parecido.

22/08/24

- Essa última noite dormi pouco por conta do efeito da dose de 70mg do venvanse, que eu tomei para estudar ontem o dia todo; isso me preocupa, pois falta de sono acelera o envelhecimento bio-fisiológico.

23/08/24

- Já faz mais de uma semana que recebi a nota horrível de química orgânica II e, na minha perspectiva de agora, julgo que não chegou a me abalar tanto pois apesar da insegurança inicial eu voltei a ficar animado pra continuar a correr atrás de passar e consegui estudar (estudar de verdade) pra uma prova que tive na quinta (ontem) — ou seja, não saí de ritmo. Preciso manter esse foco, a semana que vem será decisiva.
- Exatamente um ano atrás, no final de agosto de 2023, eu comecei a pensar que eu havia finalmente superado (em menos de dois meses), mas foi algo forçado (eu me sentia como anestesiado) e quando ela entrou em contado de novo comigo no final de setembro tudo desabou mais uma vez. Mas eu realmente tive uma melhora comparado às duas semanas semanas anteriores.
- Hoje no ônibus sentei ao lado de uma menina e ela começou a conversar com um cara que chegou logo depois e sentou atrás (aparentemente um

amigo), não prestei muita atenção no que ela tava falando mas em um certo momento ela começou a tocar em uns assuntos de serial killer, true crime, etc (provavelmente viu a respeito em algum podcast ou série da Netflix) e aí eu comecei a prestar mais atenção; fiquei muito irritado pois o jeito dela de falar me lembra bastante da minha ex (a aparência física nem tanto, mas também não é muito diferente). Estou olhando pra ela nesse exato momento em que escrevo isso, gostaria de vê-la desmembrada e degolada; não sei nem o nome (apesar de já ter visto ela antes) mas já sinto um ódio imenso. Vagabundas, ela e minha ex (a minha ex eu sei o motivo de ser, essa outra ainda não, mas ela é).

- A menina desceu no mesmo ponto que eu e cheguei a ver mais ou menos pra onde ela foi, por um segundo me passou na cabeça a ideia de seguia-la só pra saber onde ela mora, pois pensei na possibilidade de que se eu realmente for acabar com tudo no futuro próximo e eu não tiver nem como ir para o Rio (para dar à minha ex o que ela merece) eu poderia usar essa vagabundinha anônima como uma substituta simbólica da minha ex — mas, obviamente, não é isso que eu quero fazer, eu quero viver mais tempo (viver livre, no caso) pois o que eu pretendo fazer daqui alguns é de uma proporção muito maior, então vale a pena esperar (enquanto houver esperança). Não vou negar que também me senti “estranhamente” atraído por essa menina, mas sentir atração e ódio ao mesmo tempo é normal.

24/08/24

- Posso sintetizar boa parte do que venho escrevendo aqui nos últimos meses em apenas uma frase: sou fundamentalmente um niilista, vejo o mundo termos de “agrada-me” e “desagrada-me” ao invés de “certo ou errado” (e estou plenamente ciente disso).

- I am a nihilist and fluxism is nihilism: no gods, no laws and no morals, just feeling and movement.

25/08/24

- Dei-me conta de algo: a primeira paixonite que tive na vida foi por uma prima e aconteceu em janeiro de 2013, isso é exatamente 10 anos antes de eu começar a namorar com a minha ex.

- Vejo algumas mulheres dizendo que as mulheres no geral prefeririam mil vezes ser apenas mortas do que estupradas e ouvir isso me agrada, pois eu sinto muito mais raiva do que tesão. Seu desejo é uma ordem, vagabunda, pode deixar que não vou encostar um dedo na sua perereca podre (no caso, dessa vez não estou me referindo à minha ex ou a qualquer outra mulher, estou me referindo a uma mulher hipotética para fins retóricos).

- Algo que venho percebido com muita clareza nesses últimos meses é que eu tinha (e ainda tenho) a mania de subestimar consideravelmente o tempo que as distrações tomam de mim, seja ir na academia, olhar redes sociais, assistir um vídeo, ler alguma informação por curiosidade, etc.

- I will say it again: all of reality can be summed up pleasure, pain and movement. There are way more than just two emotions, but all of them are either positive emotions (“pleasure”), negative emotions (“pain”) or a combination of both; the movement is what arises from the dialectic between pleasure and pain.

26/08/24

- Até mesmo aquela sensação bem sútil (talvez até subconsciente) mas onipresente de que tudo está caminhando pra derrota foi embora e substituída por uma de que as coisas caminham pra dar certo (só eu próprio vou entender ao que eu me refiro, pois é algo muito subjetivo e muito difícil de colocar em palavras). Sinal de que os “fantasmas” do ano passado realmente ficaram pra trás (o irônico é que eu agora sou muito mais “podre” moralmente do que era antes).

- No passado eu tinha um posicionamento contrário ao aborto, mas hoje em dia já não é mais o caso pois já não creio em nenhuma ética/moralidade. Ainda bem, pois se a minha ex por um acaso engravidar eu espero que ela aborte (mas bom mesmo seria ela não querer abortar sofrer aborto espontâneo mesmo assim e ficar traumatizada — e isso não é nem a ponta do iceberg de todo o mal que desejo pra ela; e por enquanto fico só no desejo mesmo, mas não vai ser assim pra sempre). Claro que eu não mudei o posicionamento por conta dela, eu mudei tal posicionamento anteriormente, apenas estou fazendo a observação que essa mudança de perspectiva veio a calhar.

27/08/24

- Anteriormente, eu atribuia uma grande importância ao dia 19 de outubro de 2023, entretanto eu agora penso que os dias 12 de julho de 2023 e 11 de abril de 2024 são mais determinantes. Naturalmente, o dia 19 é um grande marco, pois foi quando decidi pela solução final e quando comecei a escrever esse diário, entretanto eu continuei tão internamente “inconstante” após essa data quanto eu era antes (apesar da natureza da inconstância mudar, já que eu havia passado a pensar no fim); já no dia 11 de abril eu me defini internamente e tenho me mantido nesse caminho desde então.

- Esses conteúdos voltados pro tema "crimes reais" (vídeos, podcasts, livros, séries da Netflix, etc) geralmente dão um foco muito grande na vida pessoal e na psicologia dos envolvidos; eu, pessoalmente, acho isso chato, não me importa como foi a infância de fulano de tal, como era o relacionamento dele com os pais, se teve traumas, se tinha transtorno de personalidade x ou y, etc, o que interessa é saber quantas pessoas diferentes ele matou, como matou, onde e quando. Acho que é por isso há tantas mulheres interessadas em "crimes reais" (sendo elas, talvez, mais da metade do público desses conteúdos), já que elas (não todas, mas boa parte) adoram fofocar sobre a vida alheia e siriricar mentalmente teorias sobre relações interpessoais, emoções, etc; você não vê nem perto a mesma quantidade de mulheres interessada em explosões, incêndios, desastres naturais, acidentes de avião, naufrágios e atrocidades de guerra, pois essas tragédias possuem um aspecto mais impessoal (e o que as interessa em "crimes reais" é o aspecto pessoal). Eu diria que a minha ex se encaixa bastante nisso (e o fato dela ter escolhido cursar psicologia corrobora essa ideia mais ainda), ela se achava (ou ainda se acha) "doente" (como se isso fosse algo "cool") mas na verdade ela é igual as outras mulheres, só gosta de fofoca; vagabunda patética, um dia ela ainda vai sentir na pele o que é ser "doente" de verdade.

- Quando Franco ganhou a guerra na Espanha ocorreu episódios nos quais seus apoiadores forçaram mulheres ligadas ao lado republicano a tomar óleo de ricino (que provoca diarréia) e desfilarem nuas pelas ruas, de modo a defecarem si mesmas enquanto eram observadas pelo público; bem que algo assim poderia acontecer com a minha ex, entretanto isso é apenas uma entre as incontáveis desgraças que eu gostaria de ver ocorrer com ela. Outra coisa interessante foi o que ocorreu no caso de Fidel Lopez, na Flórida, onde um homem chamado Fidel Lopez se enfureceu após sua

namorada o chamar pelo nome de outro homem durante o sexo e então arrancou o intestino dela com as próprias mãos (e bem que a mesma coisa podia acontecer com a minha ex).

28/08/24

- Reparo que meu cérebro anda apresentando uma tendência a mistificar as coisas menos do que costumava mistificar anteriormente. Ontem eu estava na dúvida sobre fazer ou não a prova de bioquímica (eu tenho quase certeza que fui muito mal na primeira prova mas o professor sequer a entregou, então estou no escuro e por isso pensei em não fazer a prova seguinte) e percebi logo após acordar que o celular não carregou mesmo tendo ficado toda a noite ligado ao carregador, em outras épocas eu interpretaria isso como um sinal de que não é pra eu fazer a prova (já que eu poderia usar o celular pra estudar de última hora) mas ontem não pensei isso — e eu realmente não fui fazer a prova, mas no caso por decidir que não valia mesmo a pena e não por acreditar que "o universo" estava mandando sinais. Isso não é um processo consciente, não decidi mistificar menos as coisas, acontece naturalmente.

- Nessa sexta irei fazer a segunda prova de química analítica e não quero ficar otimista antes da hora e quebrar a cara depois mas eu acho que tenho uma boa chance de ir bem, pois estou conseguindo estudar melhor do que estudei para a primeira prova (quando estudei para a primeira, só consegui terminar a lista de exercícios na véspera e mesmo assim deixei alguns sem fazer; dessa vez, já terminei a lista ainda faltando dois dias e já estou revisando).

29/08/24

- Recebi a nota da prova de química analítica experimental que realizei uma semana atrás. Tirei 3 em 3.5, sendo essa a melhor nota que recebi até o momento (e em uma matéria que eu normalmente iria mal). Que na prova de amanhã eu consiga algo parecido.

30/08/24

- Acabo de fazer a terceira prova de química analítica, consegui fazer todas as questões e ainda tive bastante tempo pra revisar e confirmar tudo; entretanto, como fui mal em outras provas nas quais pensei ter ido bem eu tendo a não ser tão otimista — mas de qualquer forma há uma chance considerável de eu ter ido bem. Apesar disso, não estou me sentindo bem, ter me esforçado estudando esses últimos dias acabou fazendo eu ficar me sentindo atrasado, inútil, preguiçoso, etc (por eu sentir o contraste entre o que eu estou vivendo agora e como eu sempre vivi) e isso está pesando a minha consciência; claro que isso é apenas como eu estou me sentindo, não como eu me enxergo (mas de qualquer forma incomoda).
- Ultimamente tem ocorrido momentos nos quais eu me lembro de alguma coisa ocorrida nos últimos 10–11 meses e me sinto bem pois logo me dou conta de que já comecei a colocar em prática os planos que eu fazia na época (uma época muito ruim, como os próprios registros aqui deixam claro), percebo que eu pela primeira vez na vida estou colocando em prática o que eu penso no longo prazo e dando continuidade, e também sinto que as coisas que ocorreram nesse período não foram todas em vão (sendo que o que ocorreu antes — pelo menos no que diz respeito às minhas escolhas e ações — foi tudo em vão, e justamente por isso me doía lembrar do antes).

31/08/24

- No final das contas foi bom tudo isso ter acontecido comigo, já que o resultado foi me tornar decidido de vez a fazer o que eu pretendo fazer, pois o que eu pretendo fazer não é um meio para um fim e sim o próprio fim — se não houvesse um problema eu teria de criar um.

- Acaba de aparecer no meu feed um vídeo de um rapaz de uma favela do Rio de Janeiro (acho que é "Break" o nome dele) e só de ver algo relacionado ao Rio eu já me lembrei da minha ex e fiquei mal. Não mal no sentido de apenas triste, mas no de estar com raiva; eu queria ver ela tendo os ossos dos dedos dos pés e das mãos quebrados um por um, os dentes removidos com alicate e penetrada oralmente até engasgar quando não tiver mais nada com o que morder, a parte externa da genitália dela arrancada fora com uma faca e depois ser jogado álcool em cima, agulhas enfiadas debaixo das unhas, os seios cortados fora, o rosto espancado e esfaqueado até desfigurar, os braços e pernas também quebrados, a língua cortada fora, um ferro quente inserido no ânus e, principalmente, os olhos furados com agulha mas bem lentamente (pois ela dizia sentir agonia de coisas relacionadas aos olhos); se isso acontecesse eu iria me sentir muito bem (e só pelo fato de fazer eu me sentir bem seria algo bom de se fazer, algo o qual eu não devo deixar de desejar).

- Hoje eu escutei uma conversa do meu pai com um cliente na qual ele falou sobre as inovações serem gerada por pessoas que não temem assumir riscos e fazer algo de novo. Isso me lembrou dos meus projetos, porque eu cheguei a comenta-los bem por cima e de modo implícito com um rapaz que eu converso e apesar desse rapaz não se opor moralmente à ideia ele vive colocando defeitos na ideia, dizendo que isso só seria possível nos

Estados Unidos já que lá o acesso às armas é irrestrito, que ele só pensaria em fazer algo assim se a vida dele já estivesse muito ruim (tipo estar com doença terminal), que ele tem medo de ser pego e linchado, etc; quando a pessoa não quer, ela inventa todas as desculpas possíveis, mas eu quero e eu assumo os riscos (eu quero isso mais que tudo na vida).

- De certa forma acho que essa ideia de ter que ocorrer necessariamente antes dos 30 já ficou obsoleta, pois eu já me desprendi um pouco dessa cisma com idade e juventude; não que eu não me importe mais, eu ainda me importo bastante, mas a minha prioridade máxima é realizar meus objetivos (minha meta de vida) e se eu tiver que passar um pouco dos 30 pra cumprir com excelência o meu sonho então que seja (no final das contas é só um número, não vai fazer diferença pra pior eu morrer com 32–33 ao invés de morrer com 29). Talvez eu inicialmente só me importasse tanto com essas "futilidades" (aparência física, juventude, atrair o desejo feminino, etc; usei aspas porque no final das contas tudo na vida é fútil, incluindo a própria vida, mas o significado mais convencional se refere especificamente às coisas que citei) porque eu não tinha um objetivo final de vida pelo qual eu fosse genuinamente apaixonado (e nem teria como, pois na época eu ainda estava aprisionado pela "moral" e "ética").

01/09/24

- Minha forma de pensar atual (de enxergar a realidade e coisas assim) acaba por não ser muito diferente de como eu pensava exatamente 10 anos atrás (meados de 2014). É bem diferente do que eu pensava 2, 4, 5, 7, 8 anos atrás, mas parecida com o que era há exatamente uma década. Claro que há várias diferenças formativas circunstanciais entre agora e 2014, mas a combinação de vitimismo e misticismo que atrasou tanto a

minha vida no decorrer desses últimos 10 anos (com exceção a 2021) ainda não estava presente em 2014 (o qual eu diria que foi o ano em que comecei a pensar) e hoje em dia finalmente foi abolida.

- Pensando melhor aqui nessa ideia de que o meu eu atual pensa não muito diferente do meu eu de 10 anos atrás (meados de 2014), eu consigo também enxergar diversos paralelos entre o final de 2022 e o final de 2012 e entre 2023 e 2013: o estado de espírito cabisbaixo e ansioso no qual eu estava nos meses finais de 2022 por conta da Catherine e de não estar conseguindo estudar pra faculdade ressoa com o estado de espírito cabisbaixo no qual eu estava nos meses finais de 2012 por eu estar com medo do fim do mundo e achando as aulas da escola muito difíceis; eu ter saído disso ao começar a conversar com minha ex no dia 22 de novembro de 2022 ressoa com eu o alívio que eu senti no dia 22 de dezembro de 2012 por ver que o mundo não acabou e que eu não tinha motivos pra ficar com medo; eu ter me encontrado pessoalmente com a minha ex e praticado atos heterossexuais com ela em janeiro de 2023 ressoa com a paixonite que eu senti por uma prima minha em janeiro de 2013 (primeira paixonite da vida, eu acho); eu ter me voltado pra fé cristã fervorosa e começado a me interessar por toda essa dinâmica de "réprobos sodomitas" no início de 2023 ressoa com eu ter começado a me interessar sobre essas teorias de illuminati, anticristo, gayzismo, etc no início de 2013; e por aí vai, há mais semelhanças nos períodos seguintes mas não quero me alongar tanto. Certamente há um grau de misticismo e viés de confirmação da minha parte em enxergar todos esses paralelos, então não vou pular pra conclusão de que existe qualquer significado aqui; mas é possível abstrair algum aprendizado disso tudo, pois em meados de 2014 eu havia assumido a mentalidade de que a vida é um combate e que os mais bem adaptados e sortudos são os que vencem, que não há nenhuma força mística do meu

lado (ou contra mim) e isso me encorajava a aceitar a realidade como ela é, não me vitimizar e seguir me esforçando pra cada dia me superar mais pois a única coisa com a qual podemos contar nessa existência é o nosso próprio esforço e ações, e creio que eu ter abandonado essa mentalidade (sem nem perceber) após alguns meses foi o que atrasou meu desenvolvimento como pessoa em quase uma década, e agora que eu finalmente estou mais uma vez nesse "estado de espírito" eu deveria me atentar pra não me desviar dele — é como se eu estivesse saindo de uma idade das trevas e retomando as coisas de onde elas pararam (apesar de que tecnicamente a primeira retomada foi em 2021 e agora eu estaria retomando a retomada de 2021 — mas deu pra entender o que eu quis dizer).

02/09/24

- Talvez ser capaz de controlar a própria vida e transformar a realidade ao seu redor (o que eu chamaria de "auto-realização") seja mais importante do que ser desejado e querido pelos outros, ao contrário do que eu pensava antes. Claro que "mais importante" é um modo de falar, pois não existe moralidade objetiva e nem valores "transcendentais" ditando o que é importante e o que não é, o que é belo e o que não é, etc; disse "mais importante" no sentido de trazer mais paz interna e satisfação pessoal.

- Reparei por acaso que hoje faz 300 dias que eu chorei pela última vez. Isso é pouco se comparado aos quase 10 anos que se passaram entre dezembro de 2013 e julho de 2022.

03/09/24

- Apesar do meu objetivo final poder ficar pra mais tarde no futuro a vingança contra a minha ex tem que ocorrer antes. Eu sinto que se eu postergar muito essa empreitada ela ficará ainda mais difícil de se realizar pois muita coisa pode mudar com o passar do tempo (um exemplo que eu já dei anteriormente é o da minha ex engravidar, isso seria um problema sério pois eu não quero fazer mal para os filhos dela) e eu sinto que é imprescindível me vingar dela, é algo que eu anseio muito, que me fará muito bem e que não posso deixar de lado.

- Hoje eu estava voltando de uma consulta na santa casa de Ouro Preto e a rua de volta é meio deserta, reparei que havia uma moça na minha frente (de mochila nas costas e aparentava ser relativamente nova, então devia ser estudante da UFOP também), na mesma hora veio-me na mente a ideia de viola-la. Claro que há um abismo entre "veio-me na mente a ideia" e "veio-me o impulso", eu não senti impulso nenhum de fazer tal coisa e portanto não houve nenhuma chance de eu de fato viola-la; entretanto, comecei a fantasia com a ideia e comecei a andar devagar atrás dela (como se estivesse seguindo), até que ela parou e mudou de rua, depois disso continuei seguindo o meu caminho e fantasiei um pouco sobre como eu poderia realizar o ato, mentalizei eu a agarrando de surpresa, tapando uma boca, arrastando-a pro matagal no lado, torcendo o seu pescoço e depois metendo a pica no cadáver (que ainda estava quentinho) — nesse exato momento eu senti um leve odor de urina e isso me deixou um pouco excitado pois eu imaginei que seria esse o cheiro que eu sentiria ao abaixar a calcinha do cadáver da minha hipotética vítima (também me lembrou do cheiro das partes íntimas da minha ex). Deixo claro, entretanto, que essas não são fantasias "genuínas", que eu sempre tive e surgiram naturalmente; elas surgiram recentemente (meados de 2019 foi a primeira vez) e quase que de forma auto-induzida, porque eu ouço falar de casos de maníacos

sexuais atacando mulheres, acho legal e acabo desejando que eu fosse como eles, o que me leva a cultivar fantasias como a que eu descrevi acima (por isso eu disse que não senti o impulso, apenas tive a ideia).

- A “podridão” que há pelo mundo independe da minha existência, então pouco importa se eu não sou “podre de verdade” e supostamente só estou forçando isso pra ser “jorge”/”edgy”, o meu fascínio por essa área é genuíno e não uma ferramenta de construção de auto-imagem.

- Eu diria que posso definir a minha “dialética” interna atual em dois eixos, sendo um eixo o do espectro entre o “idiossincratico” (o meu lado que se preocupa com o meu ego e minha auto-imagem, que dá importância exacerbada pra minha história e pros pequenos detalhes do meu ser, que se pergunta constantemente qual é o meu posicionamento no mundo e o que eu represento, que vê importância e profundidade em todas as minhas preocupações e desejos, por mais irrelevantes que sejam) e o “estoico” (o meu lado que possui uma atitude de “a vida é assim mesmo, aceite a realidade como ela é”, que me vê como pequeno e irrelevante perante o universo e não enxerga problema nisso, que se preocupa em superar os desafios da realidade prática e ao invés de se preocupar com idealismos, que ignora/não vê importância em certos anseios íntimos do meu ser como o anseio por ser querido/desejado, que não nutre expectativas de um futuro idealizado e portanto não vê razão pra desespero quando ocorre coisas que prejudicariam tal futuro, etc) e o outro eixo o do espectro entre o “místico” (o meu lado que tende a enxergar significados em datas, números e coincidências, que flerta bastante com a ideia de que o universo é mental e que portanto não há realidade objetiva e tudo o que acreditamos ou mesmo concebemos com a imaginação se torna real, que causa a impressão de que a realidade ao meu redor está “enevoada”, que nutre a expectativa de acontecimentos fantásticos em algum futuro indeterminado, que acredita

haver alguma força maior guiando o destino da minha vida e da realidade em geral, que eu tenho um propósito pré-determinado, um lado que tende a ver cada pequena coisa como mais misteriosa e profunda do que talvez realmente seja, que sempre tem em mente a existência de um mundo transcendental influenciando esse mundo aqui) e o “cético-naturalista” (o meu lado que vê a realidade como puro acaso e tem o posicionamento de que coisas improváveis podem e irão acontecer sem ter nenhum significado, que não crê em qualquer tipo de magia e paranormalidade, que tende a enxergar as coisas pela perspectiva mais mundana e menos fantástica possível, que preza por analisar os acontecimentos e a realidade ao meu redor por meio de métodos científicos dentro da medida do possível, que entende o meu ser como apenas um “robô de carne” e vê todas as minhas idiossincracias como meros produtos acidentais da interação da minha “maquina” com a realidade ao seu redor). O aspecto “estoico” geralmente anda ao lado do aspecto “cético-naturalista” e o aspecto “idiossincratico” ao lado do aspecto “místico” mas nem sempre é assim, sendo formado um plano cartesiano com as quatro combinações possíveis; e apesar das diferenças, ambos os lados de ambos os eixos concordam em uma série de coisas, como a doutrina primordial do Fluxismo de que só há prazer, dor e movimento, a rejeição da moralidade e o cumprimento de meu objetivo final (o que muda um pouco é a interpretação; por exemplo, o quadrante “estoico-naturalista” entende o objetivo final como apenas uma auto-realização pessoal que pode dar certo ou não, já o quadrante “místico-idiossincratico” o enxerga de forma romântica e cria a narrativa de que é algo pré-destinado, de que será deixado um legado, de que há forças maiores me guiando em direção a isso, etc). A dialética entre tais eixos é, na verdade, algo importante e benéfico para mim na medida em que não há um desequilíbrio, e eu diria inclusive que há épocas e situações adequadas para a atuação de cada uma dessas minhas “facções”

interna, sendo o lado "estoico-naturalista" o mais preparado para lidar com os obstáculos da vida prática sem se acovardar enquanto o lado "místico-idiossincratico" norteia meus objetivos de longo prazo e dá significado às coisas; aliás, creio que ter elaborado esse sistema de equilíbrio entre tais espectros (o que ocorreu com a minha adesão ao Fluxismo) é uma das razões para eu estar finalmente progredindo na vida, e o desequilíbrio entre eles é uma das razões para eu ter me atrasado tanto anteriormente — pois na maioria dos anos anteriores o "místico-idiossincratico" predominava incontestavelmente e isso me sabotava bastante pois qualquer coisinha já me fazia desistir ou então perder tempo com auto-obsessões, e sempre havia presença da crença de que em algum futuro iriam acontecer coisas que fariam tudo começar a fluir magicamente, encorajando mais ainda a preguiça e a procrastinação; nas raras ocasiões em que saí disso e assumi uma postura mais "estoico-naturalista" — ou seja, os anos de 2014 e 2021 — eu cheguei a ver um curto progresso mas a falta de significado, de metas de vida genuínas e de "magia" no geral me deixaram sem rumo e acabei voltando logo ao estado "místico-idiossincratico", resultando em mais atraso e auto-sabotagem.

04/09/24

- Até o momento, a "administração" fluxista tem se mostrado diferente de todas as demais (pra melhor) e obtido bons resultados no campo prático; entretanto, é preciso tempo pra analisar tudo com calma e poder fazer afirmações com segurança, algo que não posso fazer no momento pois ainda estou "no olho do furacão". Se em abril do ano que vem eu continuar no fluxismo (ao que tudo indica, eu irei) e continuar a colher bons resultados aí sim poderei dizer que passei por uma mudança de paradigma definitiva e

saber com certeza que essa é a identidade que devo cultivar pra mim (pois terá sido um ano direto de constância, algo que nunca vivenciei antes).

- O Fluxismo ainda é, de fato, algo bem recente, tendo apenas 146 dias no momento em que esse registro é efeito — para efeito de comparação, entre o dia 19 de outubro de 2023 (solução final) e o dia 11 de abril de 2024 (ascensão do Fluxismo) há 175 dias.

- Me not killing myself last year is unfortunate for the rest of you, me staying alive is a net negative for the rest of mankind — and I'm proud of this.

- Atualmente eu ainda sinto vontade de morrer (simplesmente sumir) em certos momentos pois tenho a sensação de que eu já vivi demais, quando penso na quantidade de tempo que se passou entre certos eventos do passado e agora sinto uma sensação ruim. Como eu já disse em registros anteriores, minha existência atualmente se tornou como um tumor; eu só estou me mantendo vivo e não fazendo planos pra tirar minha vida por agora pois tenho objetivos a cumprir (alguns dos quais envolvem fazer MAL para terceiros) e faço questão de cumpri-los, mas viver "pra mim" (pra satisfazer meus pequenos prazeres e coisas do tipo) não tem mais graça e na verdade é uma ideia até deprimente.

- Minha existência começou no dia 12 de julho de 2023, só é real e válido o que ocorreu de lá pra cá (não tome essas palavras no sentido literal) e o meu foco (minha nostalgia, minhas lembranças, os exemplos a serem seguidos, etc) deve ser no que ocorreu desde então e no que está pra ocorrer no futuro, não no que ocorreu antes. É como se eu tivesse sido criado já adulto e com uma série de lembranças e vivências instaladas em mim, mas todas ocorreram com outra pessoa (ou seja, não ocorreu comigo), já o que ocorreu após isso é de fato parte da minha vivência. O

passado pré-12/07 deve ser esquecido e visto apenas como uma fonte de informações pontuais, tudo o que interessa ocorre após isso e eu devo focar na construção de um novo Eu cuja essência e identidade são baseadas apenas na minha história transcorrida durante esses últimos 420 dias (e no que ainda está pra ocorrer).

05/09/24

- Não quero que as pessoas sintam pena de mim após a minha morte, mas que sintam ódio e pensem que eu já fui tarde, que eu deveria ter sofrido mais em vida e que é injusto que pessoas “boas” sofram mais do que eu. Poderão me enxergar como um fracassado, sim, mas não completamente fracassado pois um fracassado completo é incapaz de dar motivos pra ser odiado (ou seja, pelo menos em fazer o “mal” e um legado negativo eu terei tido sucesso). E digo mais, se eu não fizesse nada de mal e apenas tirasse minha própria vida tenho certeza que um número considerável ainda sentiria desprezo por quem eu fui; assim sendo, darei motivos reais para que sintam desprezo, evitando então a injustiça.

- Do so much evil that if any disgrace befalls upon you there will be no feeling of injustice and unfairness.

- Em um dos registros de ontem eu cheguei a dizer que só não volto a cultivar o anseio de sumir (que ainda existe em certos momentos) pois agora tenho objetivos finais a cumprir, pontuando que se for pra eu viver “pra mim mesmo” (ou seja, viver em prol de pequenos prazeres, de hobbies, idiossincracias, etc) eu não quero mais viver. Esse descontentamento com o “viver pra mim mesmo” é um sentimento poderoso e muito importante, sendo talvez a principal força atuante nos

sucessos que tive em minha vida pós-12/07; tal sentimento faz todas as distrações, pequenos prazeres e masturbações mentais perderem seu apelo e parecerem extremamente medíocres e deprimentes, gerando em mim uma angústia profunda (um estado de choque) que por sua vez se transforma em um impulso hiperfocado (e é realmente um hiperfoco) em cumprir as obrigações mais importantes; nesses momentos a mediocridade da minha vida (e da vida da grande maioria, mas principalmente a minha por motivos óbvios) se torna insuportável e eu fico me perguntando como eu posso ter aceitado viver assim por tanto tempo. Entretenimento, hobbies, curiosidades, factóides, etc; tudo isso vira um lixo repugnante e patético em comparação à auto-realização da vida. Eu diria que é disso que se trata o Espírito de 2024. Claro que tal sentimento precisa ser temperado com um "amor fati", mas é pra isso que foi criada e padronizada a minha dialética interna (da qual trato em outro registro).

- Antes do 12/07 a minha história era caótica e regida pelo acaso, desde o 12/07 minha história tem sido linear. Antes do 12/07 eu apenas existia, desde o 12/07 eu comecei a de fato viver.

- O dia 12 de julho de 2023 é tido como um divisor de águas pois o acontecimento de tal dia fez surgir em mim um sentimento que perdura ininterruptamente até hoje (mesmo tendo mutado em outras coisas a continuidade é inegável) e que resultou em diversas mudanças internas que não só foram inéditas como também eram anteriormente tidas como impossíveis de acontecer; é por isso que eu digo (no sentido figurado) que eu só passei a existir nesse dia e que só então minha vida começou (e estou sendo literal quando digo que só conto como realidade o que ocorreu desde então, sendo o resto apenas um passado distante e impessoal). De um modo geral, eu não tinha nenhum controle sobre a minha vida (nunca tive) e de certa forma cultivava a esperança de que alguma força maior (ou

seja, misticismo) iria fazer as coisas começar a dar certo pra mim e estar com a minha ex fez eu pensar que esse momento estava ocorrendo (não só por conta dela em si, mas também por todo o potencial de oportunidades que isso oferecia, como o potencial de ficar viajando pra outro estado, de fazer novos contatos por meio dela, de ter alguma vida social pra mostrar, etc); quando terminou, eu fui obrigado a reavaliar toda a minha vida e ser confrontado com a ideia de que não há nada/ninguém me protegendo e preparando coisas boas pra mim, que eu estou sozinho e preciso começar a ir atrás das coisas por conta própria (claro que não foi instantâneo, demorou bastante e envolveu muito sofrimento psicológico da minha parte — e, pra falar a verdade, ainda não acabou, continua ocorrendo a todo vapor); descrever assim fazer parecer uma história genérica com lição de moral sobre "auto-responsabilidade", mas é muito mais profundo do que isso (infelizmente não consigo pensar nas palavras certas para expressar tal profundidade adequadamente). O período depressivo pelo o qual passei nos meses seguintes ao 12/07 me proporcionou um verdadeiro iconoclasmo interno, pois as explicações, racionalizações e masturbações mentais supérfluas que eu fazia (e as quais eu fiz durante toda a vida anterior a isso) deixaram de surtir efeito e as distrações às quais eu poderia me apegar foram aos poucos perdendo a graça, então eu acabei forçado a ser genuíno comigo mesmo (novamente, não foi tudo de uma vez, demorou bastante), obrigado a ser honesto quanto ao que eu realmente penso à respeito de mim mesmo e da realidade ao meu redor (sem apelar pra "eu creio em tal coisa porque sim, não preciso de justificativa", igual eu sempre apelava); inclusive, eu diria que o Fluxismo é algo que sempre (desde o início da adolescência, que foi quando comecei a pensar mais sobre a realidade) esteve presente em mim implicitamente, e que o mesmo ter assumido o controle recentemente foi apenas a consequência natural dessa auto-honestidade. Além disso, como relatei em registros recentes, essa

depressão acabou me gerando motivação pra finalmente começar a seguir em frente na vida (e cumprir o meu objetivo final — mas ainda que eu não tivesse esse objetivo final o mesmo se aplica), pois como todo o “resto” se tornou sem graça ou mesmo deprimente só me restou (em momentos específicos) focar em cumprir as obrigações (ou seja, o que realmente importa) pra assim sentir um pouco de paz; é daí que veio o Espírito de 2024 (ou talvez esse próprio descontentamento, que vem desde o 12/07, seja o Espírito de 2024). Enfim, há linearidade entre o 12/07 e o agora, há continuidade e também evolução, sendo todas essas coisas inéditas na minha vida anteriormente; é por isso que é um marco tão importante.

- Apesar de eu reconhecer a importância que o término com a minha ex teve para o meu desenvolvimento isso não significa que eu a odeie menos. Em momento algum eu tento retratar meu ódio contra ela como justifica e/ou “racional”; ela me evoca sentimentos negativos e por isso eu a odeio e desejo coisas ruins (horríveis) pra ela, simples (eu rejeito toda a moralidade, então não penso em termos de “certo” e “errado”).

- Acho que hoje mesmo vou enviar pro Medium essa “leva” de registros, sendo essa provavelmente a última atualização que faço no Medium antes de chegar na famigerada idade de 25 anos (faço aniversário na próxima semana).

06/09/24

- Estou ciente de que muitos conceitos que eu menciono e descrevo aqui parecem auto-contraditórios (por exemplo, uma hora eu digo que me entendo como ser humano a partir do dia 16/01/2020 e outra hora digo que minha vida só começou dia 12/07/2023, uma hora eu me trato como

indivíduo e outra hora me trato como um amontoado de várias pessoas diferentes, e por aí vai); isso acontece pois o meu pensamento está em constante desenvolvimento, entretanto não há contradições na maioria dos casos onde aparentemente há, apenas estou assumindo perspectivas diferentes ao falar sobre um mesmo assunto (por exemplo, quando falo de "temporada 2022–2023" eu estou me referindo a coisas que acontecem comigo, quando eu falo de pré-12/07 e pós-12/07 eu estou falando de uma mudança de atitude interna, então ambas as divisões de tempo são válidas e não se anulam). Futuramente, quando o meu pensamento estiver ainda mais desenvolvido, pretendo reler todos esses registros e padronizar minha perspectiva de mundo de um modo mais claro e objetivo.

- Recebi a nota da prova de química analítica teórica que fiz semana passada, tirei a nota total (2.5 de 2.5). Eu não me lembro de tirar total em qualquer prova que fiz desde que iniciei curso nem mesmo nas matérias fáceis que não envolvem conhecimento de exatas, veja lá em uma matéria em que era normal eu zerar as provas.

- Quase choro pela primeira vez em 2024, mas dessa vez de alegria por conta do resultado que tive na prova após todo o esforço (seria a primeira vez que choro de alegria na vida, inclusive). Essa nota ajuda bastante a minha situação na matéria mas o mais importante não é isso e sim o valor simbólico (ter sido a primeira vez que consigo a pontuação total em uma prova que eu realmente fiz por conta própria, ter sido fruto do meu esforço, ter sido em uma matéria difícil, etc); claro que não posso ficar empolgado demais e desleixar, mas acho pouco provável isso acontecer dessa vez já que o sucesso foi (em grande parte) produto do meu próprio esforço e não (totalmente) da sorte. Hoje é um ótimo dia pra mim e um péssimo dia pro resto da humanidade.

- Hoje eu vi outra vez no ônibus aquela vagabundinha anônima que eu vi na sexta-feira de duas semanas atrás, mas não prestei muita atenção nela pois eu estava com a cabeça distraída por conta do ótimo resultado que eu tive na prova de química analítica (além do mais, ela tava caladinha hoje, então não me evocou lembranças da minha ex — já que o que evoca lembranças da minha ex é o jeito dela falar). Ironicamente, como já relatei antes, estou achando-a até atraente, me veio até a fantasia de tê-la presa em uma masmorra pra ser meu brinquedo sexual; ela muito provavelmente não sentiria atração por mim e é possível que sinta até nojo/repulsa, mas tanto faz pois eu tirei total na prova de química analítica, não preciso derivar meu valor de aprovação feminina. Aliás, consegui reparar na cor da calcinha que ela estava usando hoje (pois estava saindo uma pontinha pra fora da calça), era vermelha.

- Eu refleti um pouco a respeito o que eu disse no registro que fiz mais cedo, especificamente sobre a parte de ser um ótimo dia pra mim e um péssimo dia pro resto da humanidade; fiquei pensando em como eu posso ser considerado um "inimigo" da humanidade por conta dos meus planos futuros e da minha visão de mundo amoral (a qual eu pretendo divulgar e não apenas manter pra mim), tive alguns devaneios sobre as várias maneiras pelas quais eu poderia expressar essa "inimizade" e um deles envolvia protagonizar o início de um holocausto nuclear — claro que isso é um delírio, é praticamente impossível que algum dia eu vá ser causador de um holocausto nuclear, mas não custa sonhar. Assim sendo, acho que vou adotar pra mim o título de "Inimigo da Humanidade", porém deixo claro que tal inimizade é instrumental/performática, pois eu não odeio a humanidade genuinamente, apenas quero acelerar o Fluxo/gerar karma/"fazer o mundo girar" por meio da prática do "mal". E eu sei o quão "cringe" soa tudo isso

que eu estou dizendo, mas não vai mais soar tão cringe quando (se) eu começar a botar minhas ideias em prática (nem que apenas 0,1% delas).

07/09/24

- Hoje eu saí com um antigo amigo da vida real pra ir na pista de caminhada, primeira vez que vou lá com ele em mais de um ano (ele é o único amigo “irl” que eu tenho). Durante a conversa, descobri que desde então ele perdeu a virgindade e transou com duas mulheres diferentes (ou seja, já está na minha frente — o que também não é de se espantar, visto que apesar de ser mais fechado como eu ele tem uma vida social de certo nível); descobri também que há um número considerável de pessoas “cronicamente online” em nossa região (eu pensava que não), incluindo pessoas do sexo feminino.

08/09/24

- Ironicamente, o Fluxismo acaba chegando na mesma conclusão de “em tudo dai graças” que o Cristianismo. Se na doutrina cristã temos de dar graças em todas as coisas já que Deus é o senhor de todas elas, no Fluxismo temos de dar graças em todas as coisas pois todas contribuem para com o Fluxo; e do mesmo jeito que fica implícito que não devemos dar graças no pecado, também não devemos dar graças em coisas, sentimentos, ideias e atividades anti-Fluxo (como estoicismo, budismo, pacifismo, etc).
- Por algum motivo me veio um pico de raiva colossal da minha ex agora pouco (noite do dia 8 de setembro de 2024). Eu queria que morresse não só ela mas todas as pessoas redor dela (não por eu ter algo contra tais

pessoas, na verdade até gosto de alguns, é apenas por estarem associados a ela).

09/09/24

- Apesar de ter ficado encorajado com o total que eu tirei na última prova já estou me sentindo miserável outra vez pois nessa quinta feira há a segunda prova de química orgânica II e eu preciso ir muito bem; comecei a estudar pra valer no sábado (antes de ontem) mas há uma série de fatores que está me sabotando, como eu não ter certeza se as respostas dos exercícios estão corretas (já que a arrombada da professora se nega a dar as respostas) e a plataforma da faculdade estar fora do ar e eu ter esquecido de baixar uma das listas de exercício pra estudo.

10/09/24

- Diria que estou a viver uma história de amor comigo mesmo, e não digo isso apenas como um modo de se dizer que estou "me amando mais"; eu estou realmente vivenciando uma paixão pelo meu próprio ser, no sentido de que tenho passado pelo mesmo tipo de emoção que eu passava quando estava apaixonado pela minha ex (talvez seja até mais intenso, mas ainda é muito cedo pra fazer esse tipo de afirmação). E, pra falar a verdade, isso não é ME amar, pois eu não sou um indivíduo e sim um conjunto de várias pessoas internas, são essas pessoas que estão vivenciando uma paixão umas pelas outras.

11/09/24

- Estou apaixonado comigo mesmo e a música do nosso relacionamento é Holy Mackerel, do músico britânico Brian Laurence Bennett (essa música é tocada em alguns momentos da dublagem brasileira de Chaves, como quando o Seu Madruga está apertado pra ir no banheiro mas não pode abandonar a barraquinha de churros).

12/09/24

- Acabo de reparar que hoje é dia 12 de setembro e que exatamente dois anos atrás (12/09/2022) foi um dia um tanto marcante, diria que foi justamente aí que se iniciou o auge da minha instabilidade emocional — digo “auge” em relação à época, pois na segunda metade do ano seguinte eu viria a ficar ainda pior do que dessa primeira vez.

13/09/24

- O período de (mais ou menos) 30 dias determinantes do meu futuro acabou ontem, com a realização da segunda prova de química orgânica II. Foi menos intenso e menos pesado do que eu imaginei inicialmente, e não quero cantar vitória antes do tempo mas acho que superei o desafio (sei com certeza que pelo menos em parte eu superei, já que fui bem na prova de química analítica experimental e tirei a nota total na de química analítica teórica). Assim sendo, entro nos 25 anos vitorioso e não derrotado.

14/09/24

- Hoje completo 25 anos e esse está sendo o primeiro registro que faço sem estar com 24; até o momento eu obviamente não senti nenhuma diferença

em ter 25 mas estou com o sentimento de que essa será a idade em que eu mais verei transformações na minha vida até o momento (a mudança externa entre a época que completei 24 e agora, que estou completando 25, não foi muito radical e está no mesmo nível de mudanças externas que vivenciei em vários outros anos, mas a mudança interna entre agora e 1 anos atrás é sem precedentes, eu não só me tornei outra pessoa como me firmei como outra pessoa). De um modo geral não ligo pra comemorar o aniversário, nem acho bom e nem acho algo "deprimente"; entretanto, não sou indiferente a datas especiais, datas como 11 de abril, 19 de outubro e 12 de julho são muito importantes pra mim (por motivos que já estão explicados aqui nesses registros), enquanto o meu nascimento físico não (eu nem lembro do dia e muito menos me entendia como pessoa na época).

15/09/24

- Alguns dias atrás entrei em um canal de zoosadismo no Telegram por curiosidade e assisti um vídeo de uma mulher chinesa pisoteando filhotes de cachorro até a morte, foi meio desagradável de assistir mas deu pra aguentar tranquilamente; depois, refletindo sobre isso, cheguei pensar "foi um pouco desagradável mas nem 0,0001% tão desagradável quanto ver minha ex com outro", entretanto eu concluí logo depois que até mesmo a ideia ver minha ex com outro já não é tão desagradável igual era até meses atrás. Eu obviamente continuo odiando minha ex tanto quanto antes, mas é um ódio mais ideológico e desprovido de tristeza e ressentimento, um ódio que eu quero e faço questão de manter vivo (um ódio vindo da Vontade e não de emoções viscerais).

- Ainda que eu não tivesse adotado o Fluxismo, o Cristianismo já estaria com os dias contados pra nunca mais voltar. A experiência de fé que eu vivi em 2023 foi muito intensa e auto-esclarecedora, de modo que eu explorei praticamente todas as minhas questões psicológicas e intelectuais referentes a fé (e eu já havia tido experiências de fé cristã nos anos anteriores, não é algo que surgiu em mim do nada; só que essa de 2023 complementou tudo o que as dos outros anos não chegaram a tocar); assim sendo, o desgaste da “fé cristã” em mim também foi absoluto e mesmo que eu não me tornasse fluxista continuaria sendo quase impossível que eu voltasse ao Cristianismo visto que tudo o que havia se explorar nessa perspectiva foi explorado, todos os argumentos, todas as possibilidades, todas as justificativas, etc e eu não só percebi de forma definitiva que eu realmente não creio como também pude identificar os mecanismos da minha mente que me levavam a pensar que eu cria. Entretanto, ainda continuo vendo o Cristianismo no qual eu tinha fé (bíblico, batista, evangélico, “once saved always saved”, etc) como incomparavelmente superior a qualquer outra religião (aliás, eu pessoalmente odeio as outras religiões de forma geral, já odiava antes e continuo odiando agora — só mudou um pouco o motivo).

- A grande diferença entre o início desse diário e agora é a mudança do foco no negativo para o positivo. Eu não digo isso no sentido de agora ter pensamentos mais positivos e estar me sentindo melhor, mas no sentido de que anteriormente os meus planos giravam em torno da ideia de remediar/evitar um determinado problema (a tristeza, o envelhecimento bio-fisiológico, a falta de esperança, etc) enquanto agora giram em torno de cumprir objetivos que são vistos como fins em si (e a própria caminhada para atingi-los é algo que me anima e me agrada); antes eu também tinha objetivos mas eles eram apenas meios para escapar de problemas, já

agora eu tenho objetivos de verdade. Ironicamente, em um olhar externo eu talvez seja mais mentalmente doente agora do que eu era antes, pois apesar da ideia de tirar a própria vida (e, principalmente, tirar as vidas de outras pessoas) como uma forma de “enfrentar” as coisas ruins da vida ainda ser tida como doentia ela é relativamente bem compreendida, enquanto o mesmo não pode ser dito de tirar a própria vida e a de outras pessoas por enxergar isso como um fim em si, como uma auto-realização, como uma conquista, ou mesmo uma apoteose.

16/09/24

- O sofrimento é bom por si próprio, não um erro ou injustiça consequente da criação imperfeita de um demiurgo ou de algum pecado original corruptor da criação; o sofrimento também não é (necessariamente) um meio para nos ensinar “lições de vida”, mas um fim em si próprio. Não digo isso no sentido de que eu deseje sofrer e que devamos buscar intensificar e maximizar o sofrimento no mundo, mas no sentido de que ele não é uma imperfeição cósmica a ser superada, o sofrimento é apenas mais um aspecto da existência e a existência já é perfeita; também não digo que devamos por isso aceitar o sofrimento passivamente, muito pelo contrário, pois o descontentamento com a dor também faz parte da existência e também é algo positivo (e é justamente essa dialética entre prazer e dor que faz o Fluxo ser o Fluxo) — sou contrário apenas à ideia de que “as coisas não deveriam ser assim”. Como já dito, a existência já é perfeita e tudo o que existe é bom simplesmente por existir, não só o sofrimento como também o prazer e o descontentamento com o sofrimento; maximizar o sofrimento pode ser uma forma de celebrar a realidade perfeita na qual vivemos, assim como combater ativamente o sofrimento e maximizar o prazer também o é, o que importa é fazer coisas, buscar a intensidade e

fazer o mundo girar; assim sendo, a única coisa ruim que há é a busca pela não-existência, pelo não sentir, pela nulidade, pela não-vida (e é por isso que eu digo que o budismo é a filosofia mais abominável a ter surgido na história humana).

- Eu me cansei de registrar aqui que eu continuava mal por conta da minha ex ainda que já fizesse meses desde o término e que eu estava me sentindo pior do que antes do namoro; hoje, entretanto, já posso afirmar com uma certa confiança que esse período de sofrimento parece ter acabado em definitivo, e não só voltei a me sentir bem como agora estou me sentindo melhor do que eu me sentia antes de me relacionar com ela.

17/09/24

- Ironicamente, agora que a “magia” começou a acontecer o meu pensamento passou a ser menos “mágico”.

- Recebi a nota da prova de química orgânica II que eu fiz semana passada, tirei 2.6 de 3.5 e isso já é o bastante pra eu ter chance de passar pois se eu tiver a mesma pontuação na próxima (e última) prova da matéria eu consigo alcançar a média — o que seria uma conquista e tanto, pois não só é uma matéria do tipo que outrora parecia impossível eu conseguir aprender como também é a primeira vez que eu a faço. Acho que já tive bons resultados o bastante pra poder afirmar com segurança que a mudança está sendo permanente e definitiva, não apenas um momento de sorte. Assim sendo, o Fluxismo alcança um nível quase inabalável de credibilidade e legitimidade, pois nenhum outro “sistema de mentalidade” foi capaz de produzir os resultados que vêm sido produzidos sob o Fluxismo.

- Como já registrado detalhadamente aqui, após os maus resultados (não tão ruins quanto as notas que eu tirava até o passado recente, porém ainda longe de satisfatórias) do início do período eu disse que estava determinado a correr atrás da nota perdida (em mais de uma matéria) e que as próximas semanas seriam um período decisivo na minha vida; esse tipo de "determinação" não é nada incomum, já me aconteceu inúmeras vezes anteriormente (essa ideia de que eu iria virar o jogo), entretanto nunca antes eu cheguei a fazer esse pensamento materializar e dessa vez foi diferente: eu falei que eu ia fazer e eu realmente fiz (e nem há como relativizar pois não é como se eu tivesse cumprido uns 70% do que eu pretendia cumprir e já considerasse isso uma vitória; eu cumpri exatamente o que eu pretendia cumprir). Eu ainda não fui aprovado, mas essa superação por si própria já é uma conquista sem precedentes.

- Eu realmente gostaria de ter filhos biológicos só por gostar da ideia de passar meu sangue adiante, entretanto reconheço que isso tem significância muito mais simbólica do que prática pois no final das contas individualidade não existe e somos todos (não só os seres humanos mas todos os seres vivos e não-vivos, toda a matéria e energia presente no univers) parte de um mesmo todo, então "eu" (a combinação de matéria que "me" constitui) vou ter continuidade independente de qualquer coisa. Entretanto, o simbolismo também não é algo irrelevante que pode ser descartado apenas por não ter importância no mundo "prático", pois há também um mundo "das ideias" e tudo o que construímos em nosso imaginário se torna real pois passa a existir no mundo "das ideias" (algumas pessoas chamam tal conceito de "egrégora") e no final das contas não há uma diferença intrínseca entre o mundo "prático" e o "das ideias" pois o universo é mental (tudo o que vivenciamos é necessariamente apenas uma percepção de realidade e não a realidade em si — se é que ela realmente

existe); assim sendo, ainda que o “eu” seja uma ilusão (em termos práticos) ele passa a existir como conceito “transcendental” a partir do momento que eu me entendo como um “eu”, e o mesmo vale para a reprodução e perpetuação da minha “linhagem”.

- Hoje, dia 17 de setembro de 2024, eu declaro oficialmente a superação definitiva do estado de espírito no qual eu me encontrava quando comecei a escrever esse diário; na prática, já faz algumas semanas que isso aconteceu, porém escolho a data de hoje por conta do resultado positivo que obtive na prova. Aquela combinação de tristeza, angústia, melancolia, carência e ansiedade está morta e enterrada; não que eu agora seja alguém plenamente feliz e sinta que a minha vida é perfeita (ela é, pois toda a existência é perfeita, mas não significa que eu sinta isso), porém não me identifico com mais nada das coisas que eu registrava nesse período inicial (as lembranças constantes da minha ex e a tristeza profunda em ter acabado, o medo obsessivo do envelhecimento bio-fisiológico, o sentimento de inutilidade e indisposição, etc). É claro que eu ainda tenho meu objetivo final, pois eu não o enxergo como um remédio ou escape pra tristeza e portanto a ausência de tristeza não muda nada (pelo contrário, talvez até me encoraje mais ainda).

18/09/24

- Revolucionários (de um modo geral) são uma espada de dois gumes, pois colocar uma revolução em prática é fazer as coisas acontecerem (coisas intensas e impactantes) e transformar a realidade, portanto contribuir para o Fluxo (logo, é algo bom), entretanto se eles hipoteticamente alcançarem sua utopia livre de dor, sofrimento, crimes, desigualdades, etc isso irá desacelerar o Fluxo (logo, é ruim). Felizmente nenhuma revolução até hoje

conseguiu criar uma utopia e boa parte delas foi muito sangrenta e impactante, portanto eu gosto de revolucionários no geral (mas sou completamente avesso ao seu objetivo final).

- É interessante notar que em todas ideologias (não só as políticas, digo perspectivas de mundo no geral) há tanto os que adotam um discurso vitimista, pessimista e desesperado quanto aqueles que adotam um discurso triunfalista, otimista e confiante. Por exemplo, dentro da esquerda marxista você tem tanto a linha de discurso de que o turbocapitalismo se transformou em uma distopia apocalíptica que está prestes a destruir todo o planeta e gerar um colapso civilizacional, que as massas estão alienadas e sem consciência de classe pra fazer algo contra isso, que o fascismo/fundamentalismo/obscurantismo/reacionarismo (na cabeça desses jumentos é tudo a mesma coisa) está voltando, etc tanto a de que o capitalismo está com os dias contados e na próxima crise que tiver a classe trabalhadora vai se mobilizar e não haverá nada que os bilionários poderão fazer para detê-los, que poderemos usar a tecnologia de hoje pra criar um comunismo automatizado futurista sem escassez. Na direita conservadora você tem tanto o discurso de que o “woke” contaminou toda a cultura e que qualquer deslize politicamente incorreto que você tiver fará você ser cancelado, censurado, preso e ter sua vida destruída quanto o discurso de que o povão não está aceitando o progressismo e que a engenharia social está fracassando, de que “quem lacra não lucra”, etc. Há vários outros exemplos mas creio que esses dois já são o bastante pra ilustrar o que eu quero dizer. E a conclusão que eu tiro disso é de que no geral, apesar de haver muitas nuances, adotar a postura pessimista-vitimista é muito mais contra-producente pros objetivos da ideologia à qual você adere do que adotar a postura otimista-triunfalista; em certo nível, somos nós que criamos nossa própria realidade através da nossa percepção (seja no sentido

figurado ou não), então se enxergar como vítima acaba te transformando de fato em uma vítima, em perdedor, etc — e eu até compreendo (acho) a linha de raciocínio de quem adota a postura pessimista-vitimista, eles pensam que vão ser visto como coitadinhos e/ou mártires e assim ganhar a simpatia de terceiros; entretanto, eu suponho que as pessoas no geral dão mais crédito/respeito pra quem eles vêem como vencedor (independente de ser alguém com a razão ou não, de ser alguém eticamente correto ou não, etc) do que para o perdedor, a vítima, o coitado. Eu, pessoalmente, sempre tendi à postura pessimista-vitimista (como o período inicial desse diário deixa bem claro), em grande parte por temer ser otimista demais e quebrar a cara e por ter a esperança de ser surpreendido positivamente caso minhas expectativas se mantivessem baixas, mas também por fundo ter essa mesma ânsia de receber empatia alheia; agora, entretanto, a minha postura mudou, eu não pretendo passar a me enxergar como melhor e mais capaz do que é objetivamente demonstrável mas, sim, abandonar a mentalidade de que estou indefeso perante a realidade, de que os obstáculos e inimigos são necessariamente mais fortes do que eu e que eu preciso de sorte para supera-los.

- Com a declaração de superação, feita ontem, tem início uma nova etapa do Fluxismo. Considero que o período entre 12/07/2023 e 19/10/2023 foi o período pré-Fluxismo, o período entre 19/10/2023 e 11/04/2024 foi um protofluxismo, o período entre 11/04/2024 e 17/09/2024 foi a ascensão do Fluxismo e o período atual é o período do Fluxismo efetivado.

- Eu tenho motivos concretos pra considerar a possibilidade de que 25 será a idade em que mais irá me ocorrer coisas até o momento, pois durante toda a minha vida eu vivi “à deriva” e mesmo assim passei por transformações (muitas delas pra melhor) graças apenas à sorte, e agora eu parei de viver à deriva e coloquei rumo na minha vida (eu planejo coisas e realmente as

tiro do papel, há continuidade entre os dias, eu estou buscando cada vez mais me ocupar, etc), então somar o rumo com a sorte tem um potencial razoável de me proporcionar muitas vivências inéditas e intensas.

- Há algumas semanas eu pensei em registrar aqui que já fiz as pazes com a ideia de não arrumar mulher mas fiquei postergando, e de certa forma acho até bom ter postergado pois eu estava pensando em escrever tal registro sob uma perspectiva derrotista (como sempre foi meu costume), dizendo algo tipo "eu já estou mais próximo dos 30 do que dos 20 e até hoje só tive uma, o certo é aceitar logo que é algo improvável de acontecer e deixar de colocar esperança nisso mesmo de forma inconsciente, ainda mais agora que eu tenho um objetivo no qual focar e que vai me dar a satisfação que eu tiraria de estar com o sexo oposto"; entretanto, acabei deixando para fazer tal registro hoje e minha perspectiva já está mudada, sendo ela a de que o foco da questão não é quão boas são/seriam minhas chances com as mulheres e sim o meu próprio interesse nisso. Basicamente, nesses últimos anos eu vinha idealizando muito a ideia de estar com o sexo oposto (coisa que eu não idealizava antes, pelo menos não tanto; só passei a ter essa necessidade depois que fui exposto a pessoas falando constantemente desse assunto na internet) mas agora, recentemente, passei a idealizar outras coisas (coisas essas que podem parecer fantasiosas mas, ironicamente, são mais realizáveis do que arrumar mulher e viver situações idealizadas ao lado de uma, pois não requer a participação espontânea de terceiros); graças a isso, eu posso até continuar a sentir atração física pelas mulheres (na verdade acho que ando sentindo até mais do que antes, eu diria que minha libido aumentou) porém não acho mais deprimente e/ou desesperadora a ideia de ficar sozinho pro resto da vida (e nem fico mais com "punhetas mentais" sobre o que elas pensam ou pensariam sobre mim em qualquer sentido), pois o "vazio" que isso deixaria já está genuinamente

preenchido por outras coisas — e eu diria que grande parte dessas carências e inseguranças que eu vivenciei internamente nos últimos anos era apenas fruto de um “vazio”, pois viver sem rumo e sem qualquer conquista genuinamente minha (por menor que fosse) na qual me agarrar gerou uma necessidade de aprovação externa (ainda que fosse uma aprovação meramente hipotética na maioria das vezes); como agora isso está mudando a necessidade por aprovação externa também está sumindo. Engraçado que tempos atrás eu iria achar que dizer algo assim (“eu simplesmente não quero mais, é uma escolha minha”) é quase uma blasfêmia, por morrer de medo de “quebrar a cara” com a possibilidade de na verdade não ser escolha minha coisa nenhuma (sempre tive esse medo de “quebrar a cara” e por isso sempre me induzi a ser pessimista e a me auto-diminuir na medida do possível); a minha mudança está sendo tão real que até mesmo essa insegurança com “quebrar a cara” está recuando.

19/09/24

- Eu falo de respeitar os limites e o bem estar de todas as pessoas que me compõem, mas não tenho como negar que em certos momentos algumas dessas pessoas espontaneamente irão se sobrepor às outras e esse é um desses momentos: o meu lado “molenga” tem estado em baixa já faz algumas semanas enquanto o lado “altivo” tem dominado. É preciso ter discernimento em momentos assim, de modo que eu aproveite e explore o máximo que a “altivez” pode me proporcionar sem causar ao lado “molenga” que irão me trazer consequências negativas quando esse momento terminar.

- Não existe individualidade como algo em si, apenas uma determinada combinação de matéria e circunstâncias que cria a imagem de um

indivíduo; entretanto, o indivíduo pode existir como um conceito e para isso basta que eu me imagine/me entenda como um indivíduo (o universo é mental, portanto tudo o que imaginamos também é real, já que vivenciamos nossa percepção de realidade e não a realidade em si — se é que a realidade em si exista). Assim sendo, eu me identifico uma determinada parcela das diferentes pessoas que compõem o meu ser e é esse grupo que eu pretendo cultivar como indivíduo, como a minha identidade, ao mesmo tempo que respeito as demais pessoas (ao contrário do que eu já fiz antes várias vezes) sem enxerga-las como "eu" (e é algo puramente arbitrário, eu simplesmente gosto de uma parte do meu ser mais do que as outras e por isso a escolho como o que busco cultivar, não que ela tenha algum valor intrínseco — até porque ela não precisa desse valor intrínseco, o próprio fato de eu usar minha imaginação e percepção para escolher um grupo em detrimento do outro já o confere mais valor, pois o universo é mental e construído pelas nossas próprias ideias); eu identifico tal grupo como os membros da cúpula do Fluxismo que tem estado no governo da minha pessoa desde o dia 11 de abril de 2024 (então posso afirmar sem sombras de dúvida que eu tenho sido a mesma pessoa desde então, sem "revezar" com outras identidades) e é sob a perspectiva de tal grupo que eu tenho escrito esse diário — eu poderia dizer, também, que estou possesso pelo Espírito de 2024, mas por outro lado eu diria que o Espírito de 2024 é na verdade um ímpeto emocional/psicológico e não uma identidade em si.

- Uma opinião relativamente comum, principalmente entre homens, é a de que a única coisa que importa na vida é sexo e que todo o resto que fazemos ou é na esperança de conseguir sexo em decorrência daquilo ou uma auto-ilusão pra lidar com a falta de sexo; apesar dessa teoria possivelmente se aplicar a muita gente e muitas situações ela é necessariamente falha em um nível absoluto, pois o sexo só é desejado

pois gera prazer (entenda “prazer” como toda e qualquer sensação boa/positiva) e é a busca pelo prazer que realmente é universal e molda toda a ação humana (o sexo é apenas um entre os vários caminhos de se obtê-lo). A doutrina fluxista é a de que tudo o que existe na vida é prazer (sensações boas), sofrimento (sensações ruins) e a dialética resultante; entretanto, isso não significa que as coisas dessa vida (sonhos, objetivos, hobbies, relacionamentos interpessoais, etc) são vazias e devamos nos desapegar (o que é mais ou menos o que os budistas pregam), pelo contrário: quanto mais sentimentos intensos vivenciarmos melhor e por isso é bom que nos apeguemos apaixonadamente às coisas dessa vida. A única ressalva é ter consciência de que as coisas dessa vida não são absolutas e que uma não é inerentemente superior à outra, sendo todas meios para um fim (que é sentir emoções), por isso é bom ter um equilíbrio entre a paixão cega e o desapego apático, reconhecer a natureza efêmera e superficial das coisas da vida e ainda assim abraça-las intensamente; reitero, porém, que a paixão cega é incomparavelmente preferível ao desapego apático, pois o sujeito que se agarra apaixonadamente a alguma coisa “desse mundo” crendo se tratar de algo absoluto e especial vai contribuir para o Fluxo do mesmo jeito que alguém que se agarra apaixonadamente sabendo se tratar de algo efêmero e superficial (talvez até mais; o que conta é a intensidade das emoções), já o mesmo não pode ser dito do estoico desapegado. Na época do início desse diário eu me agarrava apaixonadamente a certos ideais (não envelhecer, ser desejado, etc) e os enxergava como absolutos, insubstituíveis, insuperáveis, pensava que qualquer alternativa era “cope”, etc e não me arrependo, foi uma experiência emocional intensa e tudo o que é intenso é bom (mesmo que não seja prazeroso); atualmente, entretanto, eu já reconheço a natureza dessas coisas e pude escolher livremente outras paixões nas quais me

aplicar, paixões essas que eu julgo ser muito mais produtivas (no sentido de gerarem mais “karma”).

- Tenho consciência de que eu possivelmente estou passando por uma “inflação” de ego no presente momento, me superestimando e me enxergando mais positivamente do que eu normalmente enxergaria. Tudo bem, o que importa é ter o cuidado de não me permitir ter atitudes precipitadas que façam eu me arrepender quando esse momento passar; além do mais, também há a possibilidade de eu usar esse momento pra me transformar de fato em como eu estou me enxergando (e assim deixar de ser uma auto-ilusão) — parece uma ideia mirabolante mas foi exatamente o que eu fiz recentemente, pois alguns meses atrás eu também estava me superestimando mas agora por último acabei me transformando de fato na imagem que eu tinha de mim mesmo nesse passado recente (e justamente por conta disso percebi a ilusão).

- À “cúpula” fluxista que me governa (a que eu mencionei em um registro anterior feito hoje mesmo) eu dou o nome de Fluxtag, inspirado diretamente em “Reichstag” e “Bundestag” (“fluxus” do latim com “tag” do alemão, tendo essa última palavra o significado de “assembléia” nesse contexto); sei que não é um nome muito original mas soa bonito e representa exatamente o que eu quero que represente. Eu sou o Fluxtag e esse diário, desde o dia 11 de abril de 2024, é escrito majoritariamente sob a perspectiva do Fluxtag; decreto que de agora em diante os registros irão tratar apenas de assuntos referentes ao Fluxtag, suas reflexões, projetos e auto-percepção (já era assim antes, mas agora é oficial), as outras pessoas do meu ser e seus interesses, sentimentos e idiossincracias serão mencionados apenas na medida em que se relacionam com o Fluxtag (e sob a perspectiva do mesmo). As outras pessoas do meu ser devem ser respeitadas pois o mal feito a elas acaba sendo um mal feito a toda Eumunidade (incluindo o

Fluxtag), mas o protagonismo é do Fluxtag, o Fluxtag é a identidade que me define e os demais são apenas subordinados que por acaso habitam o mesmo corpo e mente; eu não sou meus hobbies, meus temores, minhas manias e nem meus rancores, eu sou algo maior e esses outros aspectos são meros coadjuvantes acidentais.

- No início do mês passado eu estava animado por ter conseguido estudar para as provas que fiz e pensei em registrar que eu estava vivenciando um momento de euforia mais intenso do que o que eu vivenciei quando comecei a namorar a minha ex, entretanto eu logo descobri que as minhas notas não foram tão boas e achei melhor não dizer nada; entretanto, eu recentemente dei uma virada fenomenal (nem tanto pelos resultados em si mas pelo o que eles simbolizam) e em grande parte reverti tal situação (como já relatei), portanto me sinto confiante o bastante para afirmar: estou me sentindo mais feliz agora do que na época em que conheci a minha ex, por mais inacreditável que um cenário assim fosse pra mim até alguns meses atrás — e digo mais, eu costumava falar que o dia 28 de janeiro de 2023 havia sido talvez o dia mais feliz da minha vida porém agora retiro o que foi dito; de fato foi um dia muito marcante, mas não o melhor de todos, os dias que tenho vivenciado nos últimos tempos são fortes candidatos a supera-lo. O melhor de tudo é que a situação boa na qual eu estou atualmente é em grande parte fruto do meu próprio esforço e planejamento ao invés de apenas sorte (igual foi na época em que a conheci), e se trata de uma “felicidade” que depende apenas de mim e não de terceiros (na época, dependia dela).

20/09/24

- É interessante a capacidade de diferentes seres humanos terem as mesmas conclusões sobre a realidade de forma independente, eu diria que a maior parte das ideias propostas aqui nesse diário já foram pensadas por intelectuais porém eu elaborei todas sem estar sob influência de tais intelectuais. Por exemplo, a ideia de que não existe individualidade intrínseca foi algo que eu pensei por conta própria, entretanto descobri posteriormente estar presente em conceitos filosóficos muito mais antigos, como o anatman budista, o paradoxo de Teseu e a teoria do amontoado de Hume; a ideia de que a realidade é feita de um Fluxo lembra bastante o conceito de "Devir" e o de "Tao"; a ideia que o universo é mental é uma que está presente em diversas correntes esotéricas e também na filosofia idealista (principalmente os alemães dos séculos XVIII e XIX); a ideia de que a realidade já é perfeita lembra o conceito de "amor fati"; a ideia de que somos um amontoado de matéria moldado pelo acaso e que podemos escolher arbitrariamente construir uma identidade em cima disso (ao invés de já termos uma identidade pré-determinada) lembra bastante o conceito existencialista de que a existência precede a essência; e por aí vai, há ainda mais exemplos mas creio que esses já bastam. Confesso que eu fico um pouco irritado em pensar que futuramente alguém lerá meus registros e pensar "tal coisa que ele disso é influência de filósofo fulano", pois todos os conceitos registrados foram formulados por conta própria (exceto quando eu digo explicitamente que há uma influência e a nomeio) e eu sinto que estarei sendo "diminuído" caso eles sejam atribuídos a terceiros; mas por outro lado tanto faz, esses conceitos não são propriedade de ninguém do mesmo jeito que a gravidade não é uma propriedade/invenção de Newton; eu não tenho a pretensão de ser um filósofo e sim um artista.

- Uma das coisas envolvidas na superação, que foi decretada alguns dias atrás, é (naturalmente) a superação dos sentimentos (de um modo geral)

em relação à minha ex; entretanto, eu havia prometido pra mim mesmo que não iria esquecer dessa história e que iria buscar um desfecho definitivo independente de qualquer coisa, e pretendo manter a minha palavra. Eu não sinto mais uma vontade intensa de fazer algum mal pra ela, entretanto é minha intenção cumprir o que eu falei (talvez não agora, mas em algum determinado momento vai acontecer); o eu atual pode não sentir mais nada de intenso, mas ainda me vejo no dever de vingar o que foi feito ao eu do passado.

- Aparência física e juventude não são um foco primário para nós do Fluxtag, entretanto reconhecemos a importância crucial que tais coisas possuem para outros setores da Eumunidade, sabemos que é algo fundamental para o seu bem-estar e que sua negligência tem grande potencial de causar crises internas e até mesmo um colapso generalizado. Assim sendo, a nossa política será a de manter os cuidados com tais áreas porém deixando claro que elas não são meus objetivos finais, que não me conferem valor e que não são os definidores da minha identidade; também passo (o Fluxtag pode falar de si mesmo tanto no plural quanto no singular) a abrir mão de cismas com certos detalhes ultra-específicos referentes a essas áreas, como a ideia de que envelhecer bio-fisiologicamente nem que seja 0,001% já é uma tragédia que deveria ser remediada o quanto antes (nem que seja com suicídio) e a ideia de que eu preciso morrer no máximo até o dia anterior ao meu aniversário de 30 anos pois a ideia de ter uma idade cujo número começa com “3” é insuportável (então, sim, não faço mais questão de realizar minha apoteose antes dos 30; isso também não significa que eu pretenda viver muito, eu ainda posso escolher ir embora antes do mesmo jeito, a questão é que a idade exata — o número — não importa mais, eu vou fazer o que tem de ser feito quando eu terminar de colocar meus planos em prática, se isso vai acontecer quando eu tiver 28 ou quando eu tiver 31

só o tempo dirá — reitero que continuo não querendo envelhecer muito, mesmo que eu passe um pouco dos 30; o que não é um problema, pois não acho que colocar meus projetos em prática levará décadas).

- Já escrevi a respeito de minha dialética interna (o plano cartesiano onde há um eixo de estoicismo-idiossincracia e um eixo de naturalismo-misticismo) e, pensando nela, posso concluir que uma das belezas do Fluxismo é que o mesmo pode ser enxergado tanto de uma perspectiva naturalista/racionalista/materialista/cientificista (algo que poderia ser chamado "natural-fluxismo") quanto de uma perspectiva mística/mágica. Por exemplo, na perspectiva natural-fluxista eu descobri o Fluxismo por meio do acaso e partindo disso resolvi atribuir significado às coisas e construir minha própria narrativa, e tudo bem; já na perspectiva mística eu sou habitado por um espírito altivo desde sempre (e por isso eu tenho devaneios de viver aventuras e coisas grandiosas e intensas desde a infância; não que seja incomum possuir tais fantasias, mas creio que a maioria das pessoas as abandona quando crescem e eu não) e os acontecimentos do ano passado foram coordenados por uma força maior para fazer tal espírito aflorar e tomar o controle do meu ser, assim dando início a uma jornada épica de cumprimento do meu suposto destino. Ambas perspectivas são válidas e eu posso adotar uma ou a outra dependendo da ocasião, ou as duas ao mesmo tempo; no meu olhar ambas são verdadeiras, eu sou agnóstico, niilista e pós-moderno.

- Uma outra dialética interna muito presente no meu imaginário é a dialética entre heroísmo e vilania (essa, inclusive, é muito anterior à outra dialética, que eu descrevi anteriormente). Como já relatei diversas vezes (inclusive no início desse diário, quando me encontrava no estágio do proto-fluxismo), eu sempre tive a expectativa (as vezes de forma inconsciente, as vezes consciente) de vivenciar uma aventura (algo marcante e grandioso, algo

excitante e que envolva lidar com perigos e inimigos, causar um impacto); muitas vezes eu fantasiava com uma aventura na qual eu fosse o herói e derrotasse pessoas vistas como ruins (o plano que eu tinha — ou talvez ainda tenha — de ir pra Itália ou pra Suíça e eliminar o maior número possível de membros daquelas supostas linhagens aristocráticas “romanas” é um ótimo exemplo disso), desvendasse mistérios, salvasse/protegesse inocentes, superasse perigos, etc, mas também havia as vezes em que eu fantasiava em ser o vilão e fazer coisas como realizar um massacre, protagonizar um genocídio, atuar como serial killer, etc; também houve momentos em que idealizei cenários que fogem um pouco dessa dialética mas ainda envolviam o processo de ter uma auto-realização e fazer algo intenso e marcante (o denominador comum é superar a mediocridade, não ser “só mais um”), como o sonho de ser um escritor renomado (nesse caso, o anseio por aventura seria projetado na ficção e com isso eu ainda assim ganharia alguma notoriedade e deixaria a minha marca no mundo, matando dois coelhos com uma só cajadada — entretanto, eu agora percebo que ser escritor, e só escritor, é abraçar a mediocridade, pois com os recursos de hoje em dia qualquer um vira escritor). Quando eu falo de coisas como “apoteose” e “objetivo final” eu me refiro a nada mais que protagonizar essa aventura pela qual sempre tive anseios, e a dialética entre heroísmo e vilania continua a todo vapor pois (ainda mais agora que me tornei auto-consciente sobre tal aspecto da minha mente) continuo sem fazer uma escolha definitiva entre os dois caminhos (as coisas que venho escrevendo em registros anteriores sugerem que eu tenha escolhido o caminho da vilania, mas isso ocorre apenas pois falar coisas vilanescas me gera mais prazer mental do que dizer coisas heróicas, a verdade é que pode ser qualquer um dos dois — estou ciente, entretanto, que mesmo que eu escolha o caminho do herói não estarei demonstrando um heroísmo

genuíno, pois a minha motivação para faze-lo será uma de ordem narcísica e megalomaníaca).

- Alguns meses atrás se tornou popular na internet o dilema do urso, no qual várias mulheres começaram a declarar que se estivessem sozinhas em uma floresta iriam preferir topar com um urso do que com um homem desconhecido (insinuando que os homens são estupradores e torturadores em potencial, que fariam muito pior do que um animal selvagem poderia fazer), e obviamente muitos homens sentiram-se ofendidos e começaram a se defender e/ou a debochar (mas um deboche muitas vezes carregado de ressentimento e indignação); a minha opinião (como homem) mais "sensata" sobre tal dinâmica social é que nós homens não tentemos nem debater contra essa narrativa ("nem todo homem") e nem concordemos com ela ("desculpa por ser homem"), apenas aceitemos que somos assim vistos por boa parte do sexo oposto (e pelo paradigma cultural no geral) da mesma forma que aceitamos a gravidade e a finitude da vida — pois a narrativa de que os homens são vilões sádicos já é tão cristalizada na sociedade (independente de ser verdadeira ou não) que se tornou análogo a uma força da natureza em termos de imutabilidade, então não nos ofendamos com tais declarações absurdas (que, admito, talvez não sejam tão absurdas assim, mas pra mim tanto faz) e lidemos com elasde forma impessoal e prática da mesma forma que lidamos com qualquer outro aspecto da realidade. Entretanto, eu também possuo um posicionamento mais controverso sobre tal questão, que pode ser resumido na seguinte frase: se como violadores somos vistos, então violemos! Sim, a injustiça de ser visto como um estuprador sem realmente o ser é facilmente remediada caso você comece a estuprar de fato, isso é o "amor fati" levado às suas últimas consequências; eu não estuprei ninguém até hoje e não tenho necessariamente nenhum plano de estuprar, mas já me acomodei

mentalmente a tal ideia e não acho que seria o fim do mundo eu algum dia realizar tal ato de fato (no sentido de que não iria pesar na consciência) e nem me ofendo com a ideia de ser visto como um (pois já tenho pra mim que é algo que eu poderia mesmo fazer em determinadas situações e tudo bem).

- Uma possível objeção ao Fluxismo a qual eu antecedi logo no primeiro dia é a de que se vale tudo pra gerar emoções intensas e fazer as coisas acontecerem então as ações de um pedófilo que abusa e tortura brutalmente de criancinhas são algo positivo, e eu poderia simplesmente dizer “é isso aí mesmo” e pronto mas a verdade é que por mais amoral que eu tenha me tornado eu ainda acho muito desagradável a ideia de fazer mal (principalmente esse tipo de mal) a crianças (crianças de verdade, pré-púberes) e essa objeção me incomoda. Entretanto, percebi que não há uma contradição aqui, pois da mesma forma que as ações de figuras como Albert Fish contribuem para o Fluxo o mesmo pode ser dito do ódio e aversão que as pessoas sentem disso, então não é como se o Fluxismo se opusesse a quem deseja torturar e exterminar pedófilos, muito pelo contrário; o Fluxo é uma força maior, amoral e impessoal, que vai estar lá independente do que pensemos. Pra finalizar e esclarecer melhor o que penso, gostaria de pontuar que as coisas que falo referentes a torturar e estuprar mulheres dizem respeito apenas a mulheres biologicamente maduras e não a pré-púberes; a minha intenção aqui não é passar a imagem de que eu sou “menos pior” do que alguém que faz/deseja fazer essas coisas com crianças (até porque o meu posicionamento é o de que “certo” e “errado” não existem, então nem faz sentido fazer tais comparações), estou apenas esclarecendo que eu subjetivamente (ou seja, não estou dizendo que é um fato, que é algo objetivo) sinto que fazer essas coisas com crianças é desagradável mas fazer com mulheree adultas não é

(pois eu subjetivamente enxergo inocência nas crianças mas não em mulheres adultas).

- A ideia de que somos um com o universo não é nada incomum, a divergência entre a forma que eu penso e a forma que as outras pessoas pensam é que elas tiram a conclusão de que devemos então buscar fazer o bem (e só o bem) ao próximo e a toda criação pois estaremos fazendo bem a nós mesmos, enquanto eu penso que não há nada de errado em causar sofrimento a si mesmo, pois o que mais importa não é sentir prazer e nem sofrimento mas simplesmente sentir, e quanto mais intensamente sentirmos emoções (ou seja, quanto mais “karma” for gerado) melhor.

- Eu estava fazendo uma retrospectiva dos últimos dias e concluí que o “alto astral” no qual me encontro atualmente teve início em algum ponto das duas últimas semanas de agosto (não sei indicar exatamente qual, apenas que não faz nem um mês ainda), quando fiz a primeira prova de química analítica experimental (na qual fui bem) e a segunda de química analítica teórica (na qual eu tirei a nota total); essa, entretanto, foi a apenas a última etapa do processo gradual de melhora (que culminou na Declaração de Superação do dia 17 de setembro de 2024), sendo o seu início situado lá no mês de fevereiro (antes mesmo da ascensão do Fluxismo). Do dia 12 de julho de 2023 até o início de fevereiro de 2024 foi só decadência intercalada a curtos períodos de auto-negação/auto-ilusão, não sei dizer exatamente quando eu atingi o fundo do poço ou se teve mais de um fundo do poço mas sei que o início de fevereiro é um forte candidato; nesse momento eu resolvi depositar minhas esperanças em conseguir passar na química orgânica (já estava fazendo pela quinta vez e tudo indicava que eu iria reprovar de novo) e tive a ideia de tomar uma dose dobrada de Venvanse, havia duas provas para eu fazer e eu não fui tão bem na primeira (dia 7) mas bem o bastante pra ainda ter chance (mas fiquei desesperançoso e

desperado do mesmo jeito, porém segurei os pontos — coisa que eu raramente faço) e consegui ir bem o bastante na última (dia 21) para ser aprovado; foi nesse ponto que teve início o meu processo de recuperação, pois pela primeira vez na vida eu consegui estudar de verdade (algo que nesse ponto eu já havia começado a acreditar que era impossível o meu cérebro fazer), eu vi que era capaz de ter um certo nível de controle sobre o meu destino, capaz de não só pensar (como sempre ocorria) mas ir lá e fazer, capaz de me esforçar genuinamente em alguma coisa e obter resultados positivos com isso; desde outubro do ano anteior eu vinha pensando constantemente em auto-extermínio mas após essa aprovação tais pensamentos sumiram de vez da minha mente (pelo menos não um auto-extermínio feito no futuro próximo e por motivos de tristeza), tamanho foi o impacto (nem tanto pelos resultados práticos mas pelo simbolismo); dali em diante eu continuei sendo atormentado pelos mesmos medos, ansiedades, obsessões e inseguranças que me atormentavam anteriormente e continuei a ter contratempos (por exemplo, em meados de março eu tive aquelas interações desagradáveis com a minha ex e logo na semana seguinte quebrei o meu braço — apesar de também ter acontecido algo bom, já que nessa mesma época a Taquinha chegou aqui em casa), entretanto eu não era nem de perto tão afetado, subjulgado e desestabilizado quanto era anteriormente, eu sentia que conseguia lidar com aquilo e futuramente contornar a situação (inclusive achei surpreendente que a fratura do meu braço não me desanimou tanto quanto imaginei que fosse me desanimar); no dia 11 de abril de 2024 eu aderi ao Fluxismo e apesar dos pensamentos negativos persistirem a visão de mundo fluxista acelerou sua derrocada pois eu passei a enxergar a realidade de forma muito mais positiva; em meados de maio eu comecei a me permitir ter fantasias violentas envolvendo minha ex e até minha família, e isso me ajudou bastante a lidar com certos sentimentos negativos como

os de impotência e de culpa/peso na consciência; no final de junho eu comecei a me permitir ter pensamentos relacionados a estuprar mulheres (não só me permiti como me induzi a tê-los, pois julgo que não se trata de algo que viria naturalmente) e isso me ajudou bastante a lidar com o desejo de ser desejado pelo sexo oposto, algo que me tornava muito infeliz há anos (e está diretamente relacionado com o medo do envelhecimento e preocupação com a aparência física, apesar de um não depender necessariamente do outro), pois assim eu enxergo as coisas em uma perspectiva em que o alvo de desejo deve ser a carne alheia e não a minha carne (expliquei isso melhor nos registros da época); no início de julho as aulas da faculdade voltaram e ao observar as outras pessoas tendo amigos e vida social eu senti uma certa tristeza mas não chegou a ser nem de perto tão grave quanto o que eu sentia no ano anterior; eu consegui estudar de verdade (pela segunda vez na vida) para as primeiras provas do período e após fazê-las minha auto-estima subiu bastante, ao ponto de que o momento de superação completa poderia ter ocorrido ali mesmo, entretanto eu quebrei a cara pois mesmo estudando de verdade eu acabei indo mal (porém não tão mal quanto eu normalmente ia em todos os períodos anteriores); felizmente isso não me desencorajou e eu me preparei mais ainda para as próximas provas, consegui ir bem nelas e assim chegamos no presente momento, marcado pela superação completa de tudo o que me atormentou nos últimos 14 meses — eu posso voltar a sofrer no futuro, é claro, mas não vai ser o mesmo sofrimento de antes pois a continuidade foi quebrada.